



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU  
*Yhdessä enemmän*

# TaiKo, välineitä taiteen ja kokijan kohtaamiseen

Virtanen, Maria

2017 Laurea



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU  
*Yhdessä enemmän*

TaiKo, välineitä taiteen ja kokijan kohtaamiseen

Maria Virtanen  
Sosiaaliala  
Opinnäytetyö  
Kesäkuu, 2017

Maria Virtanen

**TaiKo, välineitä taiteen ja kokijan kohtaamiseen**

Vuosi	2017	Sivumäärä	50
-------	------	-----------	----

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää ikäihmisten parissa työskenteleville väline- ja toimintapaketti taidemuseossa käytettäväksi. Syntyi projekti nimeltä TaiKo, Taiteen Kokijat. Opinnäytetyö tehtiin tiiviissä yhteistyössä Keravan taide- ja museokeskus Sin-kan sekä Keravan Hopeahovi päivätoiminnan kanssa. Väline- ja toimintapaketin päätavoitteena oli tarjota ikääntyneille uudenlainen taidemuseokäynti, joka mahdollistaisi taiteen kokemisen muistelutyön ja moniaistisuuden keinoin. Osatavoitteena oli tarjota ikääntyneille mahdollisuus kokea osallisuutta, sosiaalisuutta sekä elämyksellisyyttä. Tavoitteena oli myös tuoda näkyväksi, kuinka taide ja taide-elämykset voivat olla avain tunteisiin ja muistoihin.

Opinnäytetyöni rakentuu lähdekirjallisuuden, toimintapäivien sekä teemahaastattelun ympärille. TaiKon toiminnallinen osuus koostui kahdesta toimintapäivästä, joiden aikana ikääntyneet sekä vapaaehtoiset pääsivät tutustumaan TaiKon tehtäväpisteisiin. Päivien aikana syntyneet keskustelut kirjattiin ylös aineistoksi työn arviointia varten. Vapaaehtoisille pidetystä teemahaastattelusta kerättiin tietoa toimintapäivien onnistumisesta sekä ikääntyneiden kokemuksista. Teemahaastattelun sekä toimintapäivien muistiinpanojen pohjalta selvisi, että TaiKon kaltainen toiminta antaa ilonaiheita ja hyvänolon tunnetta, tarjoten vaihtelua arkeen. TaiKo antaa ikääntyneelle mahdollisuuden tulla kuulluksi ja nähdyksi ja tarjoaa tutustumista omaan elettyyn elämään muistelutyön kautta.

Asiasanat: Ikäihmiset, taidetoiminta, sosiokulttuurinen innostaminen, taide kuntouttajana

Maria Virtanen

**Taiko, Tools for Making an Experiencer and Art to Meet**

Year	2017	Pages	50
------	------	-------	----

---

Taiko, tools for making an experiencer and art to meet

The aim of this functional Bachelor's thesis was to develop an toolkit that includes package of activities. The toolkit is designed for people working with the elderly and is meant to be used in the art museum. This bachelor's thesis was made in close co-operation with the art and museum center Sinkka and with Hopeahovi of Kerava (service center for the elderly). The main goal for the tool- and activity pack was to offer a new kind of experience while visiting the museum, making it possible to experience the exhibit and the art via reminiscing and using multisensory methods. Part of the goal was to create a toolkit that would provide an experience of participation, socializing and a thrill. It was also my target to make it more visible how art and art experiences can be a key to feelings, emotions and memories.

My bachelor's thesis is based on source material, activity days and theme interviews. The activity part in TaiKo consisted two theme days during which the elderly and the volunteers got a chance to explore the activity operating points. Discussions that emerged during the day were written down to be used as a source material for this thesis to evaluate itself. The results of theme interviews held for the volunteers were processed to find out material on how the activity days and operating points worked and how the elderly visitors experienced the exhibition. The theme interviews and notes indicated and emphasized, that activity such as provided by TaiKo, gives the elderly joy, over all good feeling and variation in everyday life. TaiKo gives the elderly a possibility to be heard, seen and it offers an access to getting to know one's own past life through reminiscing.

Keywords: elderly, art activities, sociocultural inspiration, rehabilitating art

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Ikääntyneiden kulttuuriympäristö .....	8
2.1	Taide ja ikääntyminen .....	8
2.2	Sosiokulttuurinen innostaminen .....	10
2.3	Ilmaisullinen kuntoutusmenetelmä .....	12
3	Ikäihmisille järjestettyä taidetoimintaa .....	13
3.1	Luovat toiminnot vanhustyössä .....	14
3.2	Muistipolkuja ja työpajoja .....	16
3.3	Muistelutyötä ja taidetoimintaa .....	18
4	Toiminnallinen opinnäytetyöprosessi .....	20
4.1	Opinnäytetyön tavoitteita .....	21
4.2	Toiminnallisen opinnäytetyön arviointi .....	22
4.3	Tiedonkeruu .....	24
5	TaiKon synty .....	26
5.1	Aistien merkitys TaiKossa .....	27
5.1.1	Moniaistisuus .....	27
5.2	TaiKon tehtävät .....	28
5.3	TaiKon projektipäivät .....	30
5.4	Vapaaehtoisten rooli .....	31
6	Ikäihmisten kokemuksia .....	32
6.1	Luovia toimintoja .....	33
6.2	Hetkessä oleminen .....	35
7	Vapaaehtoisten palautekeskustelun tulokset .....	36
7.1	TaiKon tehtäväpisteet ja ikäihmisten kanssa työskentely .....	36
7.2	Omia huomioita .....	39
8	Arvioinnin luotettavuus .....	40
9	Ammattietiikka .....	41
10	Yhteenveto .....	42
11	Pohdinta .....	43
	Lähteet .....	46

## 1 Johdanto

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tuotoksena syntyi ikäihmisten parissa työskenteleville tarkoitettu työkalupakki taidemuseossa käytettäväksi. Opinnäytetyö noudattaa toiminnallisen opinnäytetyön periaatteita ja rakentuu lähdekirjallisuuden, toimintapäivien sekä teemahaastattelun ympärille. Opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä Keravan taide- ja museokeskus Sinkan, Hopeahovin päivätoiminnan sekä Keravan vanhuspalveluiden kanssa. Työni pohjautuu Keravan taidemuseossa järjestettyihin vanhusten työpajoihin, jonka tarkoituksena on ollut tuottaa erityisasiakkaille henkistä ja fyysistä hyvinvointia taidekokemuksen kautta.

Opinnäytetyön aikana syntyi projekti nimeltä TaiKo eli Taiteen Kokijat. Nimensä mukaisesti kysymys on taiteen kokemisesta, käyttäen taide-elämyksen tukena moniaistisuutta sekä muistelutyötä. Kokijoilla kuvataan myös kahta osallistujakuntaa, tässä projektissa taiteen koki-joina toimivat niin Hopeahovin ikääntyneet kuin vapaaehtoiset ohjaajat. Opinnäytetyöni yhtenä tavoitteena on tuottaa kuvailevaa tietoa TaiKon toimintapäiviin osallistuneiden ikääntyneiden kokemuksista.

Työni tarkoituksena on tuottaa taidemuseolle työkaluja, joiden avulla toteutuisi kolme tärkeää seikkaa: osallisuus, sosiaalisuus ja elämyksellisyys. Osallisuus, eli antamalla ikäihmiselle mahdollisuus osallistua kulttuuritoimintaan. Francois Matarasson (1995-1997) tuottaman osallistavan taiteen tutkimuksen perusteella taiteen tekeminen sai ihmiset voimaan paremmin ja tuntemaan itsensä onnellisemmaksi ja terveemmäksi. Monet kokivat osallistumisen taiteen tekemisen prosessiin tärkeämmäksi kuin itse taiteen. Toisena tärkeänä seikkana näyttäytyy sosiaalisuus. Taiteen myötä on löytynyt ystäviä ja opittu uutta myös muista kulttuureista. Moni aktivoituu etsimään itsenäisesti uusia kokemuksia ja tavoitteita elämälleen sekä osallistumaan yhteisön toimintaa (Hyypä & Liikanen 2005, 124-125). Kolmantena on tuottaa elämyksellisyyttä, virkistävää ja arjesta irrottavia kokemuksia. Hyypä ja Liikanen (2005, 104-105) kuvailevat taiteen antavan voimaa ja energiaa arjen puristuksessa. Tähän päästäkseen tarvitaan kiireettömyyttä, inspiraatiota ja valmiutta elämyksiin, jotta mielikuvat pääsevät virtaamaan vapaasti. Ikäihmisen on tärkeää saada nauttia taiteesta, joka ilahduttaa, vapauttaa ja luo harmoniaa. Taide tarjoaa mahdollisuuden luovaan itseilmaisuun sekä esteettisen asennoitumisen elämään ja ympäristöön.

Materiaali TaiKon arviointia varten on kerätty toimintapäiviltä sekä teemahaastattelun avulla TaiKoon osallistuneilta vapaaehtoisilta. Teemahaastattelu käsitteli TaiKon toimintapäivien onnistumista, ikääntyneiden osallistumista tehtäväpisteisiin sekä heidän omia mielipiteitään tehtävien toimivuudesta.

Opinnäytetyöni viitekehyksenä toimivat sosiokulttuurinen innostaminen, sisältäen sekä kulttuuri-, että taidegerontologian sekä luovien toimintojen ja muistelutyön käytön ikääntyneiden ja muistisairaiden hyvinvoinnin tukemisessa. Näistä teemoista välittyy taiteen ja kulttuurin hyöty ja ilo ikääntyessä. Tässä opinnäytetyöraportissa kuvaan opinnäytetyöprosessin rakentumista ja TaiKo -projektin etenemistä. Kuvaan TaiKon tehtävapisteen toiminnot ja avaamiskäytäntöjä ikäihmisiltä tulleita kommentteja ja mielipiteitä. Tämän jälkeen avaamiskäytännön toteutusta ja vapaaehtoisten teemahaastatteluhetken sekä siitä nousseet vastaukset. Työn loppuosa keskittyy TaiKo -projektin arviointiin ja onnistumiseen sekä pohdintaan omasta onnistumisesta, TaiKon tulevaisuutta sekä ihmisen oman elämäntarinan kuulluksi tulemistä.

Valitsin tämän aiheen opinnäytetyöni, sillä olen erityisen kiinnostunut muistisairaiden hyvinvoinnin tukemisesta ja erityisesti luovien toimintojen hyödyntämisestä. Taide ja kulttuuri ovat kulkeneet vierelläni koko elämän ajan niin vapaa-ajalla kuin opinnoissakin ja halusin saada hyödynnettyä jo olemassa olevaa tietoa tässä projektissa. Oman ammatillisen kehittämisen tavoitteena on saada lisää kokemusta ja tietoa ikäihmisille suunnatusta työstä, jossa käytetään kuvaa sekä liikettä. Haluan kehittyä toiminnan suunnittelijana sekä ohjaajana.

## 2 Ikääntyneiden kulttuuriympäristö

Kulttuuri käsitteenä on laaja-alainen. Sillä voidaan kuvata yksilöllistä itseilmaisua, luovia kykyjä, taitoja sekä yhteiskuntaan liittyviä normeja, arvoja ja säätelyä. Kulttuuri kuvaa ihmis-yhteisöjen elämää sekä inhimillisen toiminnan aluetta ja luonnetta. Laaja-alaisimmillaan voidaan sanoa kulttuurin kuvaavan kaikkea, mitä koskaan on inhimilliseen elämään kuulunut. Sen näkyvimpiä ilmaisumuotoja ovat taide ja kulttuuritoiminta. Puhuttaessa kulttuurigerontologiasta, puhutaan ikääntyvien elämänlaadun ja hyvän elämän edistämisestä, jonka myötä on noussut esille taiteen ja kulttuuritoiminnan käyttäminen osana toimintakyvyn ylläpitoa ja kuntoutusta. Tähän kietoutuvat vahvasti sosiokulttuurinen ja taidelähtöinen tai muu soveltava luova toiminta, joiden päämääränä on yhteisöllisyyden ja vuorovaikutuksen virittäminen. (Liikanen 2000, 5-9.)

### 2.1 Taide ja ikääntyminen

Luovuus ei katso ikää. Luovuus on mahdollisuus merkitystäytteiseen elämään, ikääntyneen kohdalla siis hyvään vanhuuteen. (Hohenthal-Antin 2006, 16). Luovuus ei kuitenkaan tarkoita samaa kuin taide, jokainen voi olla luova olematta taiteilija. Erilaiset ilmaisumenetelmät vapauttavat osallistujat kertomaan elämästään erityisellä tavalla. (Semi 2007, 152.) Oman itsensä toteuttaminen ja sitä kautta omien luovien voimavarojen käyttöönotto taidetoimintaan itse osallistumalla on sekä ihmisarvoa että merkitystä tuottavaa ikää katsomatta. Taidetoimintaa kuvataankin hyvänä ja henkisesti rikkaana vanhuuden rakennuspuuna. (Hohenthal-Antin 2006, 19.) Jokaisen ihmisen elintärkeä tehtävä on oman elämän merkityksen löytäminen, ja sitä ihmiset etsivät muiden askareiden ohella myös luovista harrastuksista (Eskola 1998, 39).

Taiteen tekeminen ja kokeminen on tärkeää ja se jättää parhaimmassa tapauksessa positiivisen tunnejäljen. Hyvä mieli säilyy, vaikka itse tekemishetki olisi jo unohtunut, esimerkiksi dementoituneilla. (Taipale 2001, 81.) Vaikka taiteen tekijä olisi muistihäiriöinen, ei se estä maalaamasta paperille omia tunteita ja muistoja. Taide tuottaa elämään iloa ja merkitystä, ilmaisullista iloa ja flow`n täytteistä elämää. (Hohenthal-Antin 2006, 61, 20.) Luova toiminta piristää myös muistia ja rakentaa näin unelmia asioista, jotka ovat tavoiteltavia. Se saa ihmisen rakastamaan entistä enemmän lahjaksi saatua elämää (Ijäs 2014, 56.)

Liikanen (2011, 23) toteaa taiteesta ja kulttuurista olevan iloa ja hyötyä ikääntyessäkin. Eri-lainen harrastaminen ja kulttuuritoimintoihin osallistuminen tuottaa hyvinvointia sekä lisää voimavaroja ja elämänhallintaa, pidentäen myös elinikää. Ikäihmisten taidetoiminta voidaan ryhmitellä kolmeen pääluokkaan. Ensimmäinen pääluokka on ikäihmisille kohdistettu taidetoiminta, jossa ikäihminen on taidetoiminnan kohteena. Toinen pääluokka painottuu ikäihmisten



kanssa toteutettuun taidetoimintaan, jossa ylitetään ikäluokat ja ollaan jo paljon enemmän tekemisessä taiteen kanssa. Kolmantena pääluokkana on ikäihmisten itsensä toteuttama taidetoiminta, jossa ikäihmiset ovat taidetoiminnan tekijöitä eivätkä vain taiteen kokijoita. Aikaisemmin taide on nähty erilaisissa tutkimuksissa vain hoidon ja hoivan välineenä, eikä ikäihmisiä ole nähty taiteen tekijänä. (Hohenthal-Antin 2006, 109.)

Taide voidaan nähdä henkisen virkistämisen lisäksi myös (piilo) kuntouttavana. Esimerkiksi laitospuhukselle kuvan tekeminen ylläpitää käden motoriikkaa, kun taas keskustelu kuvan tekemisen ohessa auttaa sanojen säilymistä. Taide-elämyksiä voi saada myös ilman varsinaista tekemistä muun muassa kuvaa katsomalla tai musiikkia kuuntelemalla. Tapoja osallistua ja kuluuttaa taidetta on monenlaisia. (Taipale 2001, 81.) Ikäihmiselle voi taidetoiminnan avulla muodostua väline, jonka avulla etsitään muun muassa yhteisöllistä arvostusta. Sillä voidaan rikkoa vanhuuteen liittyviä ennakkoluuloja ja kohottaa ikäihmisten statusta. (Hohenthal-Antin 2006, 51.) Hohenthal-Antin (2001, 19) viittaa Nancy Osgoodin artikkeliin taiteen merkityksestä ikäihmisen itsetunnolle ja itsearvostukselle. Luovien toimintojen kautta ikääntyneille voidaan tarjota elämää rikastuttavia kokemuksia ja lisätä sekä fyysistä että psyykkistä hyvinvointia. Taidetoiminnan avulla voi kehittää omaa ainutlaatuisuuttaan ja yksilöllisyyttään saaden samalla tunteen elämänhallinnasta. Taide tarjoaa tavan käsitellä oman elämän ongelmakohtia. Osgood näkee taiteen myös tapana kompressoida vanhuuden menetyksiä, kuten itsearvostuksen puutetta. Sen avulla voidaan vapauttaa yksinäisyydestä, kivusta ja köyhyydestä. Taide on ikääntyvälle yksi identiteetin rakennuspalikka, joka tarjoaa psyykkistä terveyttä ja elämäntyytyväisyyttä ihmiselle.

*”Vanheneminen on kuitenkin myös kasvamista ja kehittymistä, ja siihen kuuluu ilo ja huumori ”*

(Kivelä 2012, 10).

Taina Semi (2004, 111) viittaa kirjassaan tutkija Markku Lahtelan ajatukseen siitä, miten hyvä taide elvyttää ja virkistää vastaanottajaa sekä rikastuttaa tunne-elämää ja tunteita. Voidaan puhua elämyksellisestä olotilasta, joka herää eloon taide-elämyksestä nousevista aistimuksista, ajatuksista ja tunteista. Elämyksellinen kokemus, josta puhutaan myös ”inspiraationa”, voi synnyttää runon, maalauksen tai muun taideteoksen luomisessa.

Myös leikit ja leikkiminen ovat olennainen tekijä ihmisyydessä kaikissa kulttuurimuodoissa. Leikissä on läsnä jotain sellaista, mikä ei kuulu välittömästi elämäntarpeisiin, vaan luo elämään mielekkyyttä. Leikin avulla voidaan irtautua aktiivisuuden ilmapiiristä ja se säännöllisesti palautuvana vaihteluna rikastuttaa elämää muodostaen osan siitä. Ilman leikkiä arjesta tulee tylsää, rutinoitunutta ja tehtäväkeskeistä. Leikki kaunistaa elämää, ollen kaiken taiteellisen ja luovan toiminnan alku ja juuri. (Semi 2004, 125.) Myös taide voidaan nähdä leikkinä.

Leikissä tärkeintä on leikkimisen kokemus itsessään eikä sillä ole alkua tai loppua. Taiteen ajattelu leikinomaisena prosessina auttaa ymmärtämään taiteen kokemisen enemmän mukana olemisena ja tekemisenä, kuin yrityksenä ymmärtää tarkkoja merkityksiä ja pohtia oikeita tulkintoja. (Sederholm 2001, 10).

## 2.2 Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurinen innostaminen (animation socioculturelle) syntyi Ranskassa toisen maailmansodan jälkeen, jolloin sitä tarvittiin avuksi rakentamaan sodan aikana sortunutta ja tukahtunutta yhteiskuntaa päämääränä uusi demokraattinen vapauden, veljeyden ja tasa-arvon yhteiskunta, jotka olivat natsimiehityksen aikana kadonneet. He löysivät innostamisen *éducation populaire* -liikkeen kautta, jonka päällimmäinen tarkoitus oli elvyttää työväestön koulutusta ja vapaa-ajan toimintaa. (Kurki 2000, 11). Kuitenkin vasta 1960-luvulla vapaaehtoisuuden pohjalta syntyi varsinaisena sosiaalisen kasvatuksen ammattina sosiaalinen innostaminen. Innostamisen tavoitteena on saada ihmiset osallistumaan oman elämänsä ja yhteisöjensä elämän aktiiviseen ja tiedostavaan rakentamiseen. (Kurki 2007, 69.) Kurki (2007, 70) toteaa innostamisen olevan ”elämän ja hengen antamista ja suhteeseen asettumista”. Sosiokulttuurisen innostamisen perusta on osallistuminen, on siis pyrittävä luomaan osallistumisen prosesseja niin, että herätellään ihmisen aloitteellisuutta ja vastuullisuutta. Tämän jälkeen dynamisoidaan sosiaalisia verkkoja ja rohkaistaan ihmisiä liittymään yhteen, tavoitteena että jokainen ihminen kykenisi vastuullisesti rakentamaan nykyisyyttään ja tulevaisuuttaan niin persoonallisesti kuin yhteisöllisestikin.

Opinnäytetyöni periaatteeksi ja pohjaksi olen ottanut sosiokulttuurisen innostaminen sekä kulttuurigerontologian ja taidegerontologian. Vanhenemisen tutkimus, gerontologia on alue, joka tutkii biologisia, psyykkisiä, sosiaalisia ja kulttuurisia vanhenemisen prosesseja sekä niiden suhdetta elämänkulkuun. Kulttuurigerontologiassa ikääntyvä ihminen nähdään kulttuurisena olentoja ja hänen elämänsä kulttuurisessa kontekstissa. Kulttuurigerontologia on näin ollen yksi gerontologian osa-alue, tosin käsitteen sisään mahtuu laaja elämisen kuvauksien ja tutkimuksien kirjo. Kulttuurigerontologia on käsitellyt ikääntyvien työelämään osallistumista, toimeentuloa tai eläkkeelle siirtymistä sekä vanhoihin ihmisiin kohdistuvia asenteita tai rooli-dotuksia. Tutkimuskohteina ovat ikääntyneet yksilöinä ja yhteisönä, sekä heidän suhteensa valtakulttuurin. (Liikanen 2011, 3-4.) Taidegerontologia puolestaan on kulttuurigerontologian alue, jossa tarkastellaan taiteen ja ikääntymisen välisiä suhteita. Taide näyttäytyy itsenäisenä osana seniorikulttuuria, mutta nähdään myös toiminnan välineenä ja menetelmänä. Taidegerontologia tuo ikäihmisten taiteen omaksi tutkimukseksi ja kehittämisen alueeksi. Se näyttäytyy muunakin, kuin mukavana viihteenä ja virkistykseenä, vaan myös ”hengen ravintona”. Luovuus ei katoa ihmisistä ikääntyessä, sillä on ihmisen elämään ja olemukseen kuuluva osa ja oikeus. Ikääntyneiden kanssa toimiessa tarvitaan avointa ja luovaa ilmapiiriä, joka innostaa ja

rohkaisee ikäihmisiä ottamaan käyttöön itsessään olevat voimavarat. Taidegerontologian tehtävä on edistää ikäihmisten omaehtoisen seniorikulttuurin syntymistä. (Liikanen 2011, 10.) Sen avulla halutaan siirtää painopistettä itse taidetoimintaan ikäihmisen omaan kulttuurin tuottamiseen ja näin ollen nostaa se näkyväksi osaksi kulttuurikenttää. Taide tulisi ymmärtää elämisen vipuvoimana ja merkityksellistäjänä. (Hohenthal-Antin 2006, 115-117.) Viime vuosina taidelähtöiset toimintamuodot ovatkin levittyneet tärkeäksi osaksi hoitolaitosten sekä ikääntyvien avo- ja päivätoiminnan arkea. Toiminta nähdään mahdollisuutena tukea ikääntyvien osallisuutta, aktiivisuutta, henkilökohtaista toimintakykyä ja näin tarjota mahdollisimman itsenäinen sekä mielekäs elämän lopputaival. (Liikanen 2011, 7-8.)

Leena Kurki (2000, 14) on tutkinut sosiokulttuurista innostamista, joka nähdään asenteena, joka sisältää sekä ammatillisen kutsumuksen että sitoutumisen. Tavoitteena on kaikilla elämän aloilla sovellettava toiminta, jonka päämääränä on ihmisten oman osallistumisen avulla luoda kasvattava, solidaarisuuden arvot tiedostava yhteiskunta. Keskeisiä käsitteitä ovat yhteisöllisyys, osallistuminen, herkistyminen, dialogisuus, luovuus ja toimintaan sitoutuminen. Myös Semi (2004, 17) kirjoittaa sosiokulttuurisesta innostamisesta ja tuo esille innostamisen periaatteet (Kurki 1997): 1. Vapaus on arvokkaampaa kuin tukahduttaminen, 2. on ainutlaatuisempaa kokea aktiivisesti kuin elää passiivisena, 3. on arvokkaampaa ohjata itse itseään, kuin antaa muiden ohjata, 4. sosiaalinen sovittelu ja kriittinen osallistuminen yhteisöllisyyteen ja yhteiskunnalliseen elämään tulee nähdä arvokkaampana kuin kiinnittyminen yksityisten, itsekeskeisten tavoitteiden saavuttamiseen, 5. jos omaa tunteen itsetyytyväisyydestä, kokien ettei tarvitse mitään sosiokulttuurisia tarpeita, voivat ne olla oireita persoonallisista tai sosiaalisista puutoksista, 6. spontaani reagointi ”hengellä ja sydämellä” on parempaa, kuin rajoittuminen viihdyttämiseen, hauskuuttamiseen ja huvitteluun. Sosiokulttuurisen innostamisen päämäärä on siis yksilöiden ja ryhmien elämänlaadun parantaminen, joka saadaan mahdolliseksi ihmisten oman osallistumisen avulla, heidän itsemääräämisoikeuttaan kunnioittaen (Semi 2004, 50).

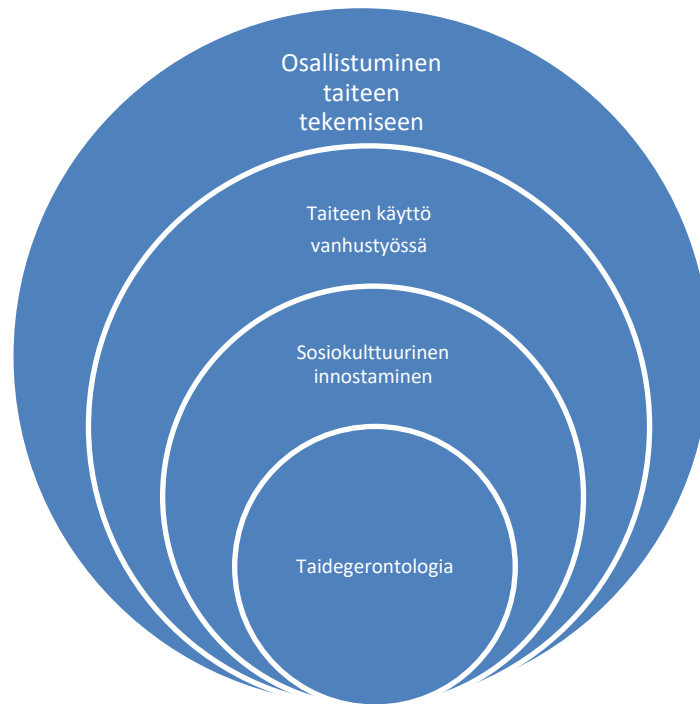
Kurki (2000, 14) puhuu kirjassaan Sosiokulttuurinen innostaminen, siitä, kuinka sosiokulttuurinen innostaminen kietoutuu niin kulttuuriseen demokratisaatioon kuin myös kulttuuriseen demokratiaan. Demokratisaatiossa tavoitellaan lähinnä kulttuurisen keskustelun syntymistä, jossa ihmiset toimivat välittäjinä taiteen ja kansan välillä. Tavoitteena saavutettavuus, että mahdollisimman moni pääsisi nauttimaan ”perinteisestä” kulttuuritoiminnasta, kuten kirjallisuudesta, kuvataiteesta ja musiikista. Toiminnan perustavoitteena nähdään ihminen osallisuuden lisääjänä, siis toimijana ja oman kulttuurinsa tuottajana. Kulttuurinen demokratia puolestaan allekirjoittaa periaatteen, jossa hyväksytään se, ettei kulttuuri ole vain joidenkin harvojen etuoikeus tai elämän koristus, vaan kulttuuri tulee nähdä inhimillisen käyttäytymisen rakenteena.

Kurki (2007, 12-13) tuo esille kirjassa *Innostava vanhuus*, että puhuttaessa aktiivisesta, luovasta ja onnellisesta vanhuksesta, tulee tunnustaa vanhojen ihmisten oikeus valita itse elämäntyyliinsä ja tapansa. Pyritään tavoitteeseen, jossa yhteiskunta on sen kaikkia jäseniä varten iästä tai muista seikoista riippumatta. Jotta voimme sanoa elävämme demokraattisessa yhteiskunnassa, tulee yhteiskunnassa jokaisen kyetä osallistumaan toimintaan täysin kansalaisina, kykyjensä mukaisella tavalla. Tällöin osallistuminen on ikäihmisten parissa tehtävän työn avainsana.

### 2.3 Ilmaisullinen kuntoutusmenetelmä

Taina Semi (2004, 14-15) kertoo ilmaisullisesta kuntoutusmenetelmästä, jonka tarkoituksena on tehdä mahdolliseksi ja näkyväksi dementia-yhteisön kulttuurin merkityksellinen ja inhimillinen arkielämä. Merkittävänä tekijä tässä menetelmässä on yhdessä tekeminen: tehdään yhdessä yksilöinä perinnettä ja kulttuuria, luodaan elämyksiä ja kokemuksia. Ilmaisullisen kuntoutusmenetelmän käsitteitä ovatkin yhteisöllisyys, herkistyminen, dialogisuus, luovuus ja sitoutuminen. Menetelmä voidaan nähdä toimintataiteena, jossa vaikutus syntyy esiin taiotuilla erilaisilla näkyvillä keinoilla. Ihmisen inhimillisen elämän toteutuminen mahdollistetaan mielekkäällä tavalla korostaen arvoja, elämyksiä ja ihmisen ihmettä. Menetelmään kuuluu olennaisesti tietoisesti sekä tavoitteellisesti toteutettu luova ja taiteellinen toiminta. Tarkoituksena on tukea dementoituneen ihmisen jäljellä olevia valmiuksia ja sosiaalista vuorovaikutusta, ehkäistä passivoitumista luoden samalla turvallista ilmapiiriä. Semi (2004, 15) rakentaa menetelmän lähtökohdan inhimillisen elämän rakentumisella, esimerkiksi hoitolaitoksessa sosiaalinen elämä on hoitoyhteisön elämää. Inhimillinen elämä muovautuu yhteisöllisestä elämänmuodosta, jota yhteisön ihmiset jakavat toistensa kanssa. Tavoitteena on tarjota dementoituneille ihmisille merkityksistä koostuva arkielämä ja helpottaa sekavalta tuntuvaa elämää sekä vaillinaista elämänhallintaa.

Ilmaisullisen toiminnan päämääränä on kasvattaa aito yhteisö, jossa sen kaikilla jäsenillä on vapaus toteuttaa itseään sosiaalisesti pätevillä ja arvokkailla tavoilla. Toiminta pitää sisällään arjessa toimimista luovin sekä taiteellisin menetelmin. Taiteen ja kulttuurin keinoja käytetään kokemuksellisesti ja elämyksellisesti, pyrkien syvempään ilmaisun tasoon kuin arkinen kommunikaatio. Musiikin, draaman, kuvallisen tai liikunnallisen ilmaisun avulla voidaan lähestyä vaikeita asioita ja syventää kommunikointitapoja. (Semi 2004, 19.) Ilmaisullisessa kuntoutusmenetelmässä käytetään innostamisen välineenä taiteisiin liittyviä aktiviteetteja kuten sosiokulttuurisen innostamisen filosofiassa. Teatteri nousee erityisen kiinnostavaksi yhteisölliseksi tekniikaksi, sillä se kattaa erilaisia aktiviteetteja yhdistäen kaikki taiteenmuodot kuten musiikin, tanssin, runot, kirjallisuuden, tekstiili- ja kuvataiteen. (Semi 2004, 124.)



Kuva 1 Opinnäytetyön keskeiset käsitteet (kaavio: Virtanen, M. 2017)

### 3 Ikäihmisille järjestettyä taidetoimintaa

Vuonna 1992 sai alkunsa YK:n kulttuurivuosisikymmenen osana käynnistetystä Arts in Hospital-toiminnasta Terveyttä kulttuurista -verkosto. Verkosto syntyi eri alojen ammattilaisten henkilökohtaisesta kiinnostuksesta. Verkoston tehtävänä on ollut kerätä ja jakaa tietoa kulttuurin ja taiteen mahdollisuuksista terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Keväällä 2008 opetusministeriö kutsui yhteen eri tahoja, ja yhteisen neuvottelun tuloksena käynnistettiin jo saman vuoden syksyllä terveyden ja kulttuurin hyvinvointivaikutusten toimintaohjelman valmistelu osana Terveiden edistämisen politiikkaa. (THL 2017.) Tämän toimintaohjelman nimeksi tuli Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelma, joka julistettiin 28.1.2010. Toimintaohjelman suunnittelu ja valmistelu tapahtuivat laajapohjaisessa yhteistyössä, jossa olivat mukana niin sosiaali- ja terveysministeriö, työ- ja elinkeinoministeriö, ympäristöministeriö sekä alan koulutuksen ja kolmannen sektorin henkilöt. Ohjelman tavoitteena oli edistää hyvinvointia ja terveyttä kulttuurin ja taiteen keinoin sekä lisätä osallisuutta yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasoilla. Lähtökohtana oli, että sosiaali- ja terveydenhuollon tulisi nähdä taide ja kulttuuri osana hoito- ja palvelusuunnitelmaa. Hoitolaitosten jäykät päiväohjelmat haluttiin uudistaa entistä enemmän sosiokulttuurista toimintaa näkyväksi tuovaksi. Toiminnaksi, jonka kautta saadaan asiakkaille mielekästä sisältöä elämään. (Liikanen 2011, 24-25.)

Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelmaan sisältyi kaiken kaikkiaan 18 toimenpideehdotusta, joiden avulla voidaan edistää terveyttä ja hyvinvointia taiteen ja kulttuurin

keinoin. Toimintaohjelman avulla saatiin hyviä tuloksia, sillä toimintakauden aikana ihmisten tietoisuus taiteesta ja kulttuurista, sekä sen myönteisistä vaikutuksista ihmisen hyvinvointiin lisääntyi. Lisäksi kulttuurilähtöisten menetelmien käyttö kasvoi. Eri puolille Suomea levisi positiivinen asenneilmapiiri ja hallinnollinen yhteistyö. Taiku-toimintaohjelman kautta taiteen ja kulttuurin eri menetelmä ovat jalkautumassa pienillä harppauksilla todellisen toiminnan piiriin, mutta toisaalta alueelliset erot ovat suuria. Taide- ja kulttuuri toimintaohjelma on herättänyt runsaasti kiinnostusta myös kansainvälisesti. Erityishuomion on saanut Taikon toimintamalli, jossa useampi ministeriö on lupautunut yhteistyöhön ohjelman toimeenpanossa. (Liikanen 2011, 27; Sosiaali- ja terveysministeriö 2015.)

Alkaessa suunnitella TaiKoa tutkin minkälaista taide- ja kulttuuritoimintaa ikäihmisille järjestetään Suomessa. Löysin useita eri projekteja, joissa kohderyhmänä ovat ikäihmiset ja muistisairaat. Kiinnitin kuitenkin huomiota, että useissa projekteissa taide- ja kulttuuritoiminta saapui ikääntyneiden luo, palvelutaloihin ja sairaaloihin. Tällaiset projektit tarjoavat hienon mahdollisuuden kokea taide-elämyksiä, mutta näistä palveluista puuttui yksi TaiKo -projektin tärkeä toiminta-ajatus. Ikääntyneiden mahdollisuus osallistua ja kokea itse uusia asioita ei näyttäytynyt näissä projekteissa. Esimerkkinä Jyväskylässä toimiva Taideapteekki, joka tarjoaa esityksiä että työpajoja sekä musiikki-, tanssi-, draama-, sanataide- ja kuvataidetuokioita varttuneempaan makuun. Taideapteekin ohjelma on maksutonta. Hankkeen organisoinnista vastaa kulttuuripalveluiden hallinnon alainen kulttuurituottaja, jonka tukena toimii yhteistyöryhmä eri alan taiteilijoiden ja kuntahallinnon eri edustajia. (Taideapteekki 2016.)

Taide- ja museokeskus Sinkka on tarjonnut erilaisia työpajoja ja museokäyntejä lapsille jo useiden vuosien ajan ja vuonna 2014 myös ikäihmisille tuli mahdollisuus osallistua taidelähtöiseen toimintaan Kuvallisen liikeilmaisun projektin kautta. Keravan taide- ja museokeskus Sinkkan, Keravan Palvelukeskus Hopeahovin päivätoiminnan ja Keravan vanhuspalveluiden kanssa yhteistyönä tehty TaiKo -projekti on siis hyvä jatkumo tällaiselle toiminnalle.

### 3.1 Luovat toiminnot vanhustyössä

Ikääntyminen sisältää niin psyykkistä hyvinvointia kuormittavia muutoksia kuin menetyksiäkin. Harmillisen usein vanhuus nähdään uhkakuvana tai rasitteena yhteiskunnalle. (Heimonen & Pajunen 2012, 11.) Media ja julkisuus näyttävät vanhuuden pääsääntöisesti avuttomuutena ja heikkoutena, sairaina ihmisinä laitoshoidossa (Hohenthal-Antin 2006, 13).

Ikääntymistä voi kuitenkin katsoa myös mahdollisuuksien ja voimavarojenkin näkökulmasta (Heimonen & Pajunen 2012, 11). Vaikka fyysinen terveys on tärkeää, se ei takaa ikäihmisten ja hoivayhteisössä asuvien hyvinvointia. Hyvinvoinnin kokonaisuutta ja kokonaisterveyttä tulee tarkastella myös mielen tasolla. Henkinen vireys, aloitteellisuus, oppimishalu ja yleinen

pyrkimys luovuuteen ja vuorovaikutukseen sekä ajattelussa että toiminnassa ovat ilmentymiä hyvinvoinnista. Kulttuuri ja taidetoiminta tuottavat juuri tämänkaltaista, tavoiteltavaa terveydentilaa läpi koko ihmisen elämän. (Varho & Lehtovirta 2010.) On ymmärretty, että perustarpeiden lisäksi ikäihminen tarvitsee muutakin. Puhutaan viisaasta vanhuspolitiikasta ja vanhustyöstä, johon kuuluu muutakin kuin sosiaali- ja terveydenhuolto. On oivallettu, että hyvään ja mielekkääseen vanhuuteen kuuluu oleellisesti mahdollisuus taide- ja kulttuurielämysten saatavuuteen, on kyse sitten kotona tai laitoshoidossa asuvasta ikäihmisestä. (Hohenthal-Antin 2006, 13-14.) Liikanen (2011, 6) kuvaa tätä muotoutumista harmaan vanhenemisen ilmeen kirkastumisena ja ikäihmisten kasvojen näkyviin saamisessa. Vanhuus nähdään nykypäivänä aikaisempaa aktiivisempänä aikana, jonka seurauksena niin julkista, mutta erityisesti yksityistä palvelukulttuuria ollaan muokkaamassa.

Ihminen pyrkii elämänsä kaikissa vaiheissa luovan toiminnan, kulttuurin ja taiteen pariin. Hän haluaa olla kuluttaja, kokija ja myös tehdä itse. Tällainen pyrkimys nähdään kulttuurityötä tekevien piirissä luonnollisena asiana ja tätä ihmisen sisäistä luovaa tahtoa ja pyrkimystä halutaan yhteiskunnassa edistää. Kannustaessa kansalaisia taiteen ja muun luovan toiminnan pariin, on kannustajilla usein ajattelunsa lähtökohtana kokonaisvaltainen, holistinen ihmiskäsitys. He näkevät ihmisen psykofyysisenä ja henkisenä olentona, joka osallistuu, toimii ja saa kasvaa kokonaisemmaksi ihmiseksi omassa yhteisössä ja yhteiskunnassa. Taiteen avulla voidaan avata ovia uuteen kokemus- ja elämysmaailmaan kaikkina ikäkausina ja näin nähdä ihminen täysivaltaisena silloinkin, kun hänen fyysiset tai psyykkiset osallistumismahdollisuudet käyvät vähäisiksi. (Varho & Lehtovirta 2010.)

Sosiaali- ja terveystyön tapaan kulttuuri ja taide tukevat ennaltaehkäisevästi yksilön ja yhteisön voimavaroja. Väestön ikääntyminen ja vanhojen ihmisten omatoimisuuden, osallisuuden ja toimintakyvyn tukemiselle tarvitaan uusia kamppailukeinoja. Seniorikulttuurin taidetoiminnalle tulee antaa arvoa ja kunnioitusta myös taiteen tekijöinä, eikä vain kokijoina. Taide muuttuu elämänvarrella kokemusten kautta, mutta taide ei kuitenkaan katso ikää. Ikäihmisten taide ei saa näyttäytyä ”vain vanhan” taiteena, joka nähtäisiin vain virkistävänä toimintana. (Liikanen 2011, 41.)

Kulttuuria koskevia määritelmiä on useita ja voimme liittää kulttuurin niin arkeen kuin taiteeseenkin. Arjessa kulttuuri näyttäytyy käytännön ratkaisuihin ja kokemuksiin tulkitsevissa ilmaisuissa. Jokaisen ihmisen elämä on kulttuuria, sillä kulttuuri muovaa minuutta, rooleja, arvoja, moraalialueita, asenteita, tietoja, toimintamalleja, maailmankuvaa, elämäntapaa ja maailmankatsomusta. (Semi 2004, 18.) Semi (2004, 18) nostaa esille, kuinka kulttuurin käsitteellä voidaan myös tarkoittaa yhteisössä omaksuttua elämäntapaa sekä maailman hahmottamisen ja mielekkääksi kokemisen tapaa. Kulttuuri vahvistaa ihmisen myönteistä itsetuntoa antaen mielekkyyttä ja loogisia selityksiä arvovalinnoille ja elämäntavalle. Kulttuuri antaa ihmisille oman

kulttuurinsa identiteetin, taaten ihmisen perustarpeiden tyydyttämisen ja perusturvallisuuden vahvistumisen.

Taidetta ei tehdä vain yksin työhuoneissa, vaan taide voi olla mukana osallistumiseen ja vuorovaikutuksellisuuteen kannustavissa tilanteissa ja prosesseissa. Kuten Sederholm (2001, 11) toteaa, ”taide on asioiden merkityksellistämistä”. Taide- ja kulttuuritoimintaa tarvitaan, jotta hoitoajattelu avartuisi. Kun puhutaan vanhusten voimaannuttamisesta, tarkoitetaan sillä yleensä ihmisen kaikkien voimavarojen ylläpitämistä ja kohentamista. Tähän kuuluvat niin liikunta ja fyysinen aktiivisuus kuin henkinen vireyskin, toimintaesteiden poistaminen siis ns. fyysinen esteettömyys. Henkinen esteettömyys, jolla tarkoitetaan luovuudelle luotua maaperää jää kuitenkin taka-alalle. Taidetoiminta ja kaikki sen ympärillä oleva luova toiminta tuo ikäihmiselle erinomaiset edellytykset kokea ja nähdä elämisen merkityksellisyys ja yhteisöllinen aktiivisuus. Ikäihminen voi taidetoiminnan kautta käynnistää dialogin ympäröivän yhteisön kautta, nähdä itsensä tätä kautta muunakin kuin pelkkänä vanhuksena ja sosiaali- ja terveyspalvelujen suurkuluttajana. (Hohenthal-Antin 2006, 14-15.)

Meidän tulee huomioida se tosiasia, että suuret ja hyvin koulutetut ikäluokat ovat pian tulossa palveluiden käyttäjiksi (Hohenthal - Antin 2006, 15). Ennusteiden mukaan joka neljäs suomalainen on yli 85-vuotias 2030-luvulla (Liikanen 2011, 3). Tälle ikäluokalle tuskin riittää se sama ”hernepussien heittäminen”, mikä riitti aikaisemmalle sukupolvelle, vaan he haluavat päästä niin käyttämään kuin tuottamaan kulttuuripalveluita. Ikäihmisestä tulee ikään kuin oman taiteensa herra, jolla tarkoitetaan myös antavaa osapuolta. Ei siis vain käytetä kulttuuripalveluita vaan tuotetaan ikäihmisten hyvinvointipalveluita sekä kuntouttavaa ja ennaltaehkäisevää toimintaa. (Hohenthal-Antin 2006, 15.)

### 3.2 Muistipolkuja ja työpajoja

Kulttuuriluotsitoiminta on vapaaehtoistyönmalli, joka käynnistyi vuonna 2006 Jyväskylässä. Kulttuuriluotsitoimintaa järjestetään ympäri Suomen yli kahdellakymmenellä paikkakunnalla, toiminnan kohteena ollen ensisijaisesti ikääntyneet, yksinäiset ja vammaiset. Kulttuuriluotsit ovat museoiden kouluttamia vapaaehtoisia kulttuuritarjontaan perehtyneitä vertaisohjaajia. Kulttuuriluotsit lähtevät seuraksi tai vertaisoppaiksi museoihin ja kulttuuritapahtumiin, mutta luotsit voivat myös viedä taidetta hoitolaitoksiin matkanäyttelyn muodossa. Kulttuuriluotsin kanssa on helppo madaltaa kynnystä lähteä kulttuurikohteisiin ja helpottaa erityistä tukea tarvitsevien ihmisten liikkumista. Luotsin kanssa museoon pääsee ilmaiseksi. (Varho & Lehto-virta 2010.; Jyväskylän taidemuseo 2016.)



Ateneumin taidemuseolla on laaja, 60 erilaisen painokuvan materiaali nimeltä Taidepakka, Ateneumin taideteoksista sekä niihin soveltuvia harjoituksia. Taidepakka soveltuu lapsista vanhuksiin, ja sitä voi hyödyntää mm. hoivakodeissa. (Taidepakka 2013). Tämä opus toimi apunani, kun mietin harjoitteita TaiKon työkalupakkia varten.

Ateneumin taidemuseon ja Alzheimer-keskusliiton (nykyinen Muistiliitto) aloitteesta vuonna 2007 käynnistynyt Muistipolku tarjoaa ikääntyneelle mahdollisuuden päästä katsomaan ja kokemaan taidetta taidemuseoon. Aineisto ja opastukset julkistettiin helmikuussa 2008. Sen seurauksena hankkeessa annettiin opastusta puolin ja toisin: museossa opittiin muistisairaista ja heidän kohtaamisistaan ja vastapainona museo koulutti pilottiryhmiä museoon tulevien muistisairaiden hoitajia moniaistiseen taiteen vastaanottoon ja museokäynteihin. Muistipolku-hanke on tarkoitettu muistisairauden varhaisessa tai keskivaikeassa vaiheessa oleville henkilöille. Taidekierroksilla on katsomisen lisäksi tarkoitus myös koskea ja haistaa, oppailla on mukanaan aisteja herätteleviä materiaaleja ja tuoksua, jotka liittyvät taideteoksiin. (Ateneumin taidemuseo 2009.)

Samankaltainen hanke on ollut käynnissä myös New Yorkissa MoMAssa (Museum of Modern Art), jossa on jo pitkään toteutettu muistisairaiden pienryhmien käyntiohjelmaa Meet me at MoMA. Ohjelman ajatuksena on tarjota muistisairaille ryhmille heidän ohjaajien ja omaisten kanssa keskustelevalle pienryhmäopastus museon kokoelmateosten äärellä. Kuten myös Ateneumissa toteutetussa Muistipolku-ohjelmassa, myös MoMAssa ryhmäkokoo on pieni ja kierron aikana on tarkoitus tutustua tarkemmin vain noin neljään taideteokseen. MoMAN asiakkaat eroavat Ateneumin muistisairaista sillä, että he ovat usein yksittäisiä sairastuneita omaisineen /hoitajineen, kun taas Ateneumin Muistipolkua kiertää usein laitoksista tai päiväkeskuksista tulevat ryhmät. (Ateneumin taidemuseo 2009.)

Helsingin kaupunginmuseo on toteuttanut ikääntyneille suunnattuja pilottihankkeita, jotka ovat syntyneet olemassa olevien näyttelyiden innoittamina. Esimerkiksi Yhtä juhlaa -näyttelyn yhteydessä museo järjesti ikäihmisille kahvi- ja muistelutuokioita sekä työpajoja. Tämän lisäksi viime vuosien aikana on kaupunginmuseo kiinnittänyt uudella tavalla huomiota museon valaistukseen sekä suurennuslasien saatavuuteen. Helsingin Kaupunginteatteri puolestaan toteutti ikäihmisille Silmissäni mennyt -kehittämiprojektin. Projektin lähtökohtana toimivat omaelämäkirjallisuus ja teemoina keholliset muistot ja niiden ruumiillistaminen. Tanssitaiteilija Hanna Brotherus sekä yleisötyön vastaava Mirja Neuvonen toteuttivat kehittämiprojektin kahden 16-henkisen ryhmän kanssa, joiden ikähaarukka vaihteli 60-85 vuoteen. (Varho & Lehtovirta 2010.)

Syksyllä 2014 Keravan taidemuseossa aloitettiin vanhuksille suunnattu työpajatoiminta, jonka tarkoituksena olisi tuottaa taide-elämyksiä, jotka tukisivat sekä henkistä että fyysistä hyvinvointia. Museolehtori Laura Kauppinen ja tanssi- ja teatteritaitelija Ninni Perko suunnittelivat ja toteuttivat työpajoja. Työpajojen kohderyhmäksi valikoitui erityisryhmänä ne, joilla on haasteita niin liikkuvuudessa kuin kehontuntemuksessa. Asiakkaita toiminnassa olivat Keravan kaupungin palvelukeskus Hopeahovin ja Kotitupien ikäihmiset sekä Keski-Uudenmaan Sopimus-koti ry:n mielenterveyskuntoutujat ja heidän ohjaajansa. Toiminnan pohjana ja työkaluina käytettiin Taide- ja museokeskus Sinkassa esillä olleita taidemuseon näyttelyä ja niiden teoksia. Teokset toimivat liikkeen lähtökohtina ja herättäjinä, yhteisen tekemisen pohjalta. Mieli-kuvaharjoitteiden myötä tuettiin kehontuntemusta ja tulkinnan henkilökohtaisuutta, jolloin varsinainen liike syntyi jokaisen osallistujan omista lähtökohdista, oman tulkinnan kautta. Painealueena olivat osallistujan omat kyvyt ja oman kehon mahdollisuudet. Tämän lisäksi myös Keudan ammattikoulun opiskelijat ja koolle kutsuttu ryhmä aikuisia työssäkäyviä toimivat testiryhmänä. Työpajojen myötä näyttelyn katsomiskokemus syventyi tarjoten erilaisia mahdollisuuksia taideteosten tulkintaan. Kuvalähtöisten liiketyöpajojen harjoitteet rohkaisivat jo-kaista liikeilmaisuun ja näin vahvistivat oman kehon tuntemusta. (Sinkka raportti pilottihank-keesta 2015.) Työpajoihin oltiin tyytyväisiä ja palautteista ilmeni tarve tällaiselle toiminnalle. Positiivinen palaute kannusti jatkamaan taidelähtöistä toimintaa ja näin loi myös tarpeen ja merkityksen TaiKolle.

### 3.3 Muistelutyötä ja taidetoimintaa

Muistelutyöhön pohjautuvan taidetoiminnan on perinteisesti katsottu soveltuvan nimenomaan ikäihmisille. Muistelutyöstä saadaan mielekästä toimintaa luovien työmenetelmien avulla. Muistelutyön kautta luodaan mahdollisuus dialogiin ympäröivän yhteisön kanssa. Oman elämän muisteluun ja ymmärtämiseen taide on miellyttävä ja helppo väline, sillä se vapauttaa ja te-kee muistelun mukavaksi ja helpommaksi. Taiteen avulla saadaan vaikeitakin asioita ilmaista helpommin ja voidaan luoda siltoja vanhan ja nuoren väliseen ymmärrykseen. (Hohenthal-Antin 2006, 83, 100.) Tämän lisäksi muistelu kannustaa ikäihmistä vuorovaikutukseen ja näin ol-len mahdollistaa esimerkiksi hoitohenkilökunnan ymmärryksen tarjoten ikäihmiselle mahdolli-suuden olla muutakin kuin pelkkä vanhus (Hohenthal-Antin 2006, 101).

Ihmisen aivot eivät ole ns. mekaaninen muistivarasto, vaan ihmisen muisti toimii prosessoiden koko ajan vanhaa aineistoaan ja uusien kokemusten ja tietojen mukaan tulo muuttaa myös vanhaa muistivarastoa (Koivunen 1998, 211). Oman elämän muistelua on käytetty vanhus-työssä yleisesti sekä virikkeellisenä että kuntouttavana ja terapeuttisena menetelmänä. Virik-keellisessä muistelussa muistoja käytetään pääosin myönteisten mielikuvien herättämiseksi, jolloin mieleen palautetaan esimerkiksi menneisiin elämänvaiheisiin liittyviä asiamuistoja. Ku-ten Hohenthal-Antin kuvaa, (2006,101) passiivinen ja muistamaton ikäihminen voi muistelun

myötä kokea aktiivisuutta ja oman identiteetin vahvistusta, sillä sekä juuremme että eletty elämämme ovat minämme rakennuspalikoita. Ikäihminen itse on menneen asiantuntija ja ikään kuin opas lähistoriaan. (Saarenheimo 2012, 41, 93.)

*”Taidetoiminta tarjoaa arvostusta sekä osallisuutta, mutta ennen kaikkea elämisen mielen.”*  
(Hohenthal-Antin 2006, 15).

Inkeri Sava (1998, 111) kertoo taiteen keinoin tapahtuvan toiminnan edellyttävän herkistyneelle kokemiselle sopivia tilanteita sekä riittävästi aikaa. Jokaisella ihmisellä tulisi olla mahdollisuus oppia aistimaan herkästi ja kaikkia aisteja käyttäen: kuuntelua, katselua, kosketusta, haistelua, aistia omaa kehoa sekä liikkua tilassa. Sava painottaa materiaalin työstämistä persoonalliseksi teokseksi. Hänen mielestään on eri asia katsoa kuin nähdä, kuunnella kuin kuulla. Taiteen tekemisessä ja taiteellisessa toiminnassa on siis tärkeää myös aisti- ja tunnekokemusten saaminen kuin itse taiteen tekeminen.

Sederholm (2001, 8) kuvaa taidetta vahvana lääkkeenä. Useat lääketieteen parissa tehnyt tutkimukset osoittavat taidetoiminnan vaikuttavan positiivisesti terveyteen sekä terveystekijöihin. Näin ollen voidaan todeta, että ikääntyvien taidetoimintaa voidaan perustella myös kansantaloudellisesti (Hohenthal-Antin 2006, 17). Todellisuudessa taiteen ja kulttuurisen osallistumisen arvoa ei koskaan voi mitata pelkästään rahassa. Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutukset ovat sivistystekijöitä ja niiden vaikutus näkyy ennen kaikkea ihmisen tietoisuudessa luoden uusia havaintoja, näköaloja, esteettisiä kokemuksia ja oivalluksia elämän merkityksestä. Vanhustyössä taide näyttäytyy yhteisöllisenä voimana. (Varho & Lehtovirta 2010.)

Vaikka taide- ja kulttuuritoiminta on yksilöllistä luovaa toimintaa, voi sillä olla myös yhteisöllisiä päämääriä. Kulttuuri voi olla yksi keskeisimmistä voimista, joilla ihminen jäsentää ja ohjaa ajatteluaan. Liikanen (2011, 9) kirjoittaa John Deweyn korostaneen taiteen kokemusta kokonaisvaltaisena nautintona. Taide tempaa mukaansa ja saa aikaan kokonaisvaltaisen tyydytyksen. Hoitolaitoksen arkitodellisuudessa taide on usein eristetty elämästä, jolloin ihmisen esteettinen kokemus köyhtyy ja vesittyy. Taide kuuluu osana elämäämme, sillä se tuottaa eloisuutta ja rikastuttaa ihmisen elämää. Pusan (2012, 12) mukaan taidetta tehdessään sekä sitä vastaanottaessaan ihminen imeytyy juuri käsillä olevaan hetkeen, jossa kuitenkin on läsnä myös kaikki aiemmat hetket.

Parhaimmillaan taide voi kokemuksena puhutella ihmisten tietoisuuden syvärakenteita ja jäsentää yhä uudelleen vastaanottajansa kokemusmaailmaa sekä avata uusia näkökulmia hänen todellisuuteensa. Näiden esteettisten kokemusten mittaamiseen ei ole kehitetty teknisiä mittaustapoja. Taide synnyttää elämyksiä, joita voi verrata korkeimpien henkisten kokemusten kaltaisiksi ja näin ollen nuo elämykset voivat muodostua ihmisen elämää kantaviksi tekijöiksi.

Taide antaa ihmiselle tietoisuuden itsestään auttaen samalla tasapainoon itsensä kanssa. (Varho & Lehtovirta 2010.) Hoitotyön huomioidessa ihmisen kokonaisuutena, merkitsee se silloin myös hänen kauneuden-, harmonian ja rauhankaipuunsa terveydellisen merkityksen korostumista. Taide voi auttaa jaksamaan, onhan sen perimmäisenä tarkoituksena tutkia, mistä elämässä on kysymys. Taiteen avulla ihminen puhdistaa ilmiöt, kohottaen ne oman arkipäiväisyytensä yläpuolelle (Blomqvist-Suomivuori 2001, 62.)

Liikanen (2011, 18) viittaa Rosalie Staricoffin ym. (Staricoff ym. 2003) tutkimukseen, jonka mukaan musiikin ja taideteosten esittämisellä sairaalassa oli suora vaikutus niin potilaiden kuin henkilökunnankin hyvinvointiin ja psyykkiseen sekä fyysiseen terveyteen. Taidekokemusten seurauksena potilaiden lääkkeiden käyttö väheni, hermostuneisuus vähentyi, sairaalassaoloaika lyheni leikkausten jälkeen sekä verenpaineet laskivat. Staricoffin (2004) tutkimuksissa voitiin myös todeta myönteinen vaikutus muistihäiriöisten ihmisten hoitoon ja huomata kuinka kommunikaatio heidän kanssaan helpottui. Taide ja kulttuuritoiminta vaikuttavat positiivisesti muistisairauksia sairastavien ihmisten elämään ja toimintakykyyn, vähentäen masentuneisuutta ja eristäytymistä, antaen samalla toivoa, sillä sosiaalinen ja kognitiivinen toiminta ennaltaehkäisee ja pienentää dementoitumisriskiä (Liikanen 2011, 18-21).

*”Taide ei ole vain kaunista ja positiivista, eikä täydellisen harmonian kokemus. Taide ei myöskään ole vain tunne-elämys vaan virikkeitä ajatuksille.”*

*(Sederholm 2001, 9-11, 19.)*

Taide ei ole arjen vastakohta, vaan tapa auttaa kohtaamaan arki ja näkemään arkielämässä asioita, joita ei noin vain alkaisi pohtia (Sederholm 2001, 11-12). Moni kokee taiteen vapauttavana elämyksenä arjen rutiineista, kokemuksena, joka saa liikkeelle ja innostumaan (Eskola 1998, 39). Parhaimmillaan taide voidaan nähdä opettajana, joka opettaa tuntemaan ihmistä kokevana oliona luoden elämälleen merkityksen. Taide saa ihmiset liittymään eikä ”ottamaan etäisyyttä” sekä kokemaan ja pohtimaan kanssaihmisyyttä. Näemme taiteen heijastavan sosiaalista elämää omalla erityisellä tavallaan, tavoittaen ihmismielen ja kulttuurin tihentymiä. Usein taide kuvastaa äärimmäisiä tunteita, se liioittelee kuten uni, jonka keinoin voidaan päästä kokemaan tunteiden totuudet ja ihmismielen hurjiakin intohimoja ja mielettömyyksiä. (Bardy 1998, 194.)

#### 4 Toiminnallinen opinnäytetyöprosessi

Keravan taide- ja museokeskus Sinkka on Keravan keskustassa sijaitseva, erityisesti nykytaiteen esittelyyn, yhteisötaiteellisten projektien vetämiseen, hyvinvointipalveluiden tuottamiseen ja museon hyödyntämiseen oppimisympäristönä keskittynyt taidemuseo. Se järjestää vaihtuvia näyttelyitä, joihin liittyy taiteilijatapaamisia, keskustelutilaisuuksia sekä työpajoja.

(Sinkka 2016.) Vuodesta 2012 lähtien taide- ja museokeskuksen palvelut on suunnattu kaikille keravalaisille huomioiden eri ikäryhmien tarpeet. Ikääntyneiden kuin muidenkin käyttäjien vaivaton museokäynti huomioidaan näyttelyitä ja tapahtumia suunniteltaessa. Museo tarjoaa myös apuvälineitä näyttelykäynnin esteettömyyden takaamiseksi. Tämän lisäksi taide- ja museokeskus Sinkan henkilökunta on koulutettu ottamaan huomioon erilaiset aistivaikkeudet, kuten näkövammat. Rakennuksen sisäänkäynti sijaitsee katutasolla ja museon kaikkiin kerroksiin pääsee tilavalla hissillä. Tämän lisäksi taidemuseo toteuttaa projekteja myös museon ulkopuolella, tarkoituksena saavuttaa myös ne ihmiset, jotka ovat konkreettisesti museon saavuttamattomissa. (Keravan vanhuspoliittinen ohjelma 2016)

Keravan taide- ja museokeskus Sinkassa avautui 26.11.2016 Näkyväksi neulottu -näyttely. Näyttelyssä on esillä neulottuja, virkattuja, tuftattuja sekä kirjottuja teoksia. Langalla luodut teokset antavat pehmeämpää näkökulmaa ja arvoja kovien ja teknisten pyrkimysten rinnalle. Lankapohjaisella taiteella voidaan välittää kehon muistoja ja lämpöä, sekä ilmaista rakkautta ja välittämistä. Näyttelyn yhtenä kantavana teemana on osallistava tekeminen. Esillä on monenlaisia teoksia, muun muassa taiteilijan äidin ja muistisairaiden vanhusten kanssa virkaten syntyneitä teoksia, peittoihin kirjailtuja tavallisten ihmisten unelmia ja painajaisia, kuvakudoksia ihmisen elämänsästä ja ajallisuudesta. Näyttely oli avoinna kahden viikon jatkoajan ansiosta 19.3.2017 saakka.

#### 4.1 Opinnäytetyön tavoitteita

Sovimme yhdessä yhteyshenkilöni Kirsi Nuppolan kanssa tämän projektin tavoitteista ja opinnäytetyön tarkoituksesta. Toiminnallisen opinnäytetyöni päätavoitteena on löytää toimintatapa, jolla ikäihmiset pääsisivät osallisiksi kulttuuripalveluihin. Päämääränä on luoda työkalupakki, joka tarjoaa muutamalle etukäteen valitulle näyttelyn teokselle tueksi erilaisia moniaistisia menetelmiä. Näiden työkalujen avulla ikäihminen saa kokonaisvaltaisen kokemuksen museokäynnistään. Taiteen ja taideteosten tarkastelu tapahtuu usein saman kaavan mukaan: teoksia pysähdytään katsomaan, jonka jälkeen katsoja mielessään miettii pitääkö teoksesta. Tämän jälkeen siirrytään seuraavan teoksen luokse. Työkalupakin menetelmien avulla näyttelystä on tarkoitus saada vaikuttavampi ja mielekkäämpi kokemus, joka mahdollistaa yhteisöllisyyden ja ikäihmisen itsensä huomioimisen. Näin museokäynnistä tulee moniaistinen elämys, jossa hyödynnetään niin näkö-, kuulo-, tunto-, haju- ja makuaistia. Työkalupakin sisältöä voivat käyttää esimerkiksi hoitohenkilökunta sekä vapaaehtoiset, jotka saapuvat ikäihmisen kanssa museoon. Vapaaehtoisryhmänä TaiKon projektissa toimii Keravan vapaaehtoisen hyvinvointityön keskus Talkooringin vapaaehtoiset sekä Villit Virkkaajat -ryhmäläisiä.

Ajatuksena on luoda palvelu ja työkalupakki, jonka kautta toteutuisi kolme osatavoitetta. Ensimmäisenä osatavoitteena osallisuus, eli mahdollisuus tulla aitojen asioiden äärelle. Tämä on

tärkeää, jotta ikäihmisten palvelu ei saapuisi aina hoivakotiin/päivätoimintaan, vaan asiakkaat saisivat mahdollisuuden tulla itse näkemään ja kokemaan asioita. Ikäihmisten tarpeista ja hyvinvoinnista tulee olla kiinnostunut ja ymmärtää, että vanhatkin saavat elää täydessä yhteydessä yhteiskuntaan ja toteuttaa erilaisia aktiviteetteja, jotka kuuluvat normaaliin elämään ja yhdistävät ikäihmisiä toisiin ihmisiin. Laitostumista pyritään estämään ja tuetaan osallistumista sekä ihmisen mielenkiinnon kohteita - ikäihmisen tulee voida toteuttaa itseään ja luovuuttaan. (Kurki 2007, 82.)

Toisena osatavoitteena on sosiaalisuus, eli mahdollisuus vuorovaikutukseen. Tärkeä osa ikäihmisten arkea on tulla nähdyksi ja kuulluksi omana itsenään ja omia elämäkokemuksia ja tärkeitä kunnioittaen. Ihmiset kokevat itsensä onnellisemmiksi ja varmemmiksi ihmisiksi, kun heihin välittyy toisen ihmisen lämpö. Erityisen tärkeää tämä on ikäihmisten kohdalla. Heitä kohdatessa tulee muistaa, että ikäihminen on todellinen päähenkilö ja hänelle pitää antaa aikaa kertoa rauhassa asioistaan. Kaikkein tärkeintä ikäihmiselle on, että hänellä on sosiaalisia suhteita, yksinäisyys on ikäihmisten ehkä suurin ongelma. (Kurki 2007, 92-93.)

Kolmantena osatavoitteena on elämyksellisyys, eli kokea virkistävää arjesta irrottavaa kokemus. Luovien ja toiminnallisten menetelmien tulisi tuottaa elämyksellisyyttä, siis kokemuksia, tunnelmia ja symboleja, jotka eivät ole käsitteellisiä vastauksia vaan ikäihmisen itsensä omasta kokemusmaailmasta tulkitsemia. Aitojen elämysten lähtökohtana on kohtaaminen. Elämykset ovat osa ihmisen elämäntarinaa. Kun ihmisen haavoittuvuus on läsnä, syntyy aito elämys ja elämyksessä ihminen kohtaa itsensä. Elämyksellisesti toimiessaan ihmisen ymmärrys itsestä ja itseluottamus saattavat vahvistua. Sen kautta ihmiselle tarjoutuu mahdollisuus motivoitua kohtaamaan muutos - katsomaan elämää uudesta näkökulmasta (Andreev & Salomaa 2005, 161, 165, 170). Taide voi lisäksi toimia voimanlähteenä ja yhdysiteenä ikääntyneen aikaisempaan elämään. (Blomqvist-Suomivuori 2001, 60.) Taiteen kautta ikäihminen voi käynnistää dialogin ympäröivään elämään ja näin olla mukana elämän pyörteessä eikä vain elämää sivusta tarkkaillen (Hohenthal-Antin 2006, 124).

#### 4.2 Toiminnallisen opinnäytetyön arviointi

Työkalupakki on toiminnallisen opinnäytetyöni lopputuote. Sen ammatillista käytettävyyttä eli käyttökelpoisuutta sekä tuotetun uuden tiedon hyödynnettävyyttä tulee arvioida. Tarvitsen tietoa, kuinka suunnittelemani työkalupakin työkalut toimivat sekä mitä ajatuksia ja tunteita ne herättävät. Työn ammatillista hyödynnettävyyttä ja prosessin etenemistä oikeaan suuntaan voidaan varmistaa jo valinta ja rajausvaiheessa keskustelemalla ja kuuntelemalla muiden ammattilaisten näkemyksiä aiheesta. Koska teen toiminnallisen opinnäytetyöni yhteistyössä loppukäyttäjän kanssa, on minun tärkeää saada myös heidän palautteensa lopputuotteesta ja yhteistyön sujumisesta. Tämä on kuitenkin vain yksi näkökulma arviointiin, sillä työn tekijän (minun) on myös itse pystyttävä tehdä arviointi prosessin kokonaisuudesta. Jotta prosessia on

mahdollista arvioida, se tulee olla dokumentoitu tarkasti. Raportin muodolla on merkitystä ja lukija- /käyttäjystävällisyyteen tulee pyrkiä kaikissa dokumenteissa. (Virtuaali ammattikorkeakoulu 2016.) Itsearviointi on tärkeä osa toiminnan kehittämistä ja suunnittelua, sillä sen avulla tuotetaan tietoa omasta toiminnasta, sen tuloksista sekä toimintaan liittyvistä kehittämistarpeista (Artsi 2016).

Toiminnallinen opinnäytetyö on kaksiosainen kokonaisuus. Se sisältää toiminnallisen osuuden eli produktin sekä opinnäytetyöraportin eli opinnäytetyöprosessin dokumentoinnin ja arvioinnin. Toiminnallinen opinnäytetyö edellyttää aina tutkivaa ja kehittävää työotetta ja prosessin aikana syntynyt tuotos tulisi aina pohjata ammattiteorialle ja sen tuntemukselle. Täten toiminnallisen opinnäytetyöraportin tulee aina sisältää myös teoreettinen viitekehys. Tutkiva ote näkyy toiminnallisessa työssä teoreettisen lähestymistavan perusteltuna valintana sekä opinnäytetyöprosessin aikana tehtyjen valintojen ja ratkaisujen perusteluna ja pohdintana. Työn tekijän tulee ottaa huomioon myös kriittinen suhtautuminen omaan tekemiseen ja kirjoittamiseen. (Virtuaali Ammattikorkeakoulu 2017.) Jotta voin arvioida työkalupakin toimivuutta ja sen käytettävyyttä minun tulee päästä taidemuseoon seuraamaan, kuinka työkalupakin työkalut toimivat ja kuinka niiden käyttö onnistuu. Koska opinnäytetyöni on tilattu työelämästä, on työn onnistumisen kannalta tärkeää pitää jatkuvaa vuoropuhelua taidemuseon yhteyshenkilön kanssa. Näin saan varmuuden siitä, millaista työtä he toivovat ja mihin asioihin erityisesti kiinnitän huomiota.

Lähtökohtanani on rakentaa tuote, joka mahdollistaa ikääntyneelle uudenlaisen museokokemuksen ja sitä kautta iloa ja itsensä ylittämistä. Prosessissa on suuri epäonnistumisen riski, ellen saa muokattua työkalupakin sisällöstä niin erinomaista, että tehtävät kutsuvat luokseen. Pelkään työkalujen jäävän unohduksiin taidemuseolle ja ettei mikään asiakasryhmä kiinnostu niistä. Työkalujen tulee tarjota helppo tapa nauttia museokäynnistä ilman, että se toisi mukanaan lisästressiä tai pelkoa epäonnistumisesta. Projektipäivien aikana tulen seuraamaan vapaaehtoisten ja ikääntyneiden toimintaa ja kerään palautetta niin asiakkailta kuin henkilökunnaltakin. Näillä menetelmillä saan hyvän katsauksen siihen, kuinka työkalupakin toimintojen suunnittelu on onnistunut.

Hyvien toimintojen ideointi vaatii runsaasti lähdeaineistojen tutkimista, omien muistiinpanojen selailua ja luovaa ajattelutapaa. Erilaisia toiminnallisia harjoituksia on tarjolla valtava määrä. Työkalupakin harjoitteiden tulee olla sellaisia, joita sekä ikäihmisten että vapaaehtoisten on helppo tehdä. Ne eivät saa vaatia etukäteisjärjestelyä tai valmistautumista. Tehtävien tulee olla sen tyyliä, etteivät ne edellytä erityistä luovien aineiden ohjaajaa, vaan asiasta kiinnostunut hoitaja tai omainen riittää. Lähtökohtanani on koota työkalupakki, joka toisi käyttäjälle positiivista mieltä. Harjoitteiden tulisi antaa voimaa ja virkistää, luoden samalla muistijäljen miellyttävästä ja uudenlaisesta museokokemuksesta.

#### 4.3 Tiedonkeruu

Tärkeimmät tiedonkeruumenetelmät toiminnallisessa työssä ja sen arvioinnissa ovat havainnointi, teemahaastattelu ja erilaiset dokumentit. Tiedonkeruumenetelmä riippuu tarkasteltavasta ilmiöstä, sen ominaisuuksista ja halutun tiedon tarkkuudesta sekä autenttisuudesta. Teemahaastattelu on yksi tiedonkeruumenetelmä, jolloin tarkasteltavaa ilmiötä lähestytään eri kulmista, eli aihealueista, joista keskustellaan ilmiön kanssa ja joilla halutaan saada valaistusta vieraaseen ilmiöön. Menetelminä voidaan käyttää yksilö- tai ryhmähaastattelua. Kummassakin haastattelussa on omat etunsa ja haittansa. Yksilöhaastattelussa haastatellaan nimensä mukaisesti yhtä kerrallaan, joten työ on suurempi kuin ryhmähaastattelussa, kun koko ryhmä on haastattelutilanteessa kerralla paikalla. Ryhmähaastattelun avulla saadaan tiivistettyä tietoa. Haastateltavien määrää ei useinkaan voida määritellä etukäteen, vaan voidaan valita mukaan kaikki ilmiön kanssa tekemisessä olevat henkilöt. (Kananen 2010, 53-54.)

Tämä opinnäytetyö on kehittämishanke, jonka tavoitteena on tehdä työkalupakki, joka sisältää sosiokulttuurisen innostamisen sekä ilmaisullisen kuntoutusmenetelmän piirteitä. Työkalupakin avulla on tarkoitus tuoda näkyväksi, kuinka luovien toimintojen sekä muistelutyön avulla voidaan tuottaa hyvinvointia sekä auttaa ikääntyntä kuulluksi tulemisessa. Tässä opinnäytetyöraportissa haluan kuvata ikääntyneiden omia kokemuksia ja muisteluita TaiKon -projektipäivinä, enkä niinkään sitä, montako osallistujaa kullakin tehtäväpisteellä on käynyt. Hyvän mielen ja ilon tunteita on vaikea mitata mittareilla ja luvuilla, jonka vuoksi haluan päästä avaamaan TaiKon toiminnan vaikutuksia osallistujiin kuvaavan tekstin kautta. Olen halunnut tuoda esiin ikääntyneiden kokemukset mahdollisimman todenmukaisena ja ne ovatkin tämän työn yksi tärkein aineisto, jonka pohjalta voin arvioida TaiKo -projektin onnistumista.

Toiminnallisen opinnäytetyöprosessin aikana kerään arviointiin ja analysointiin tarvittavat aineistot kahdella tavalla, kahden eri taiteen kokijoidenryhmän äänen kuulemisella. Ensimmäisen arviointiaineiston kerään TaiKon projektipäivinä, jolloin vapaaehtoiset tulevat kirjaamaan tehtäväpisteiden luona tapahtuvaa keskustelua ja kokemuksia. Tässä taiteen kokijoina ovat Hopeahovin ikääntyneet. Kaikki se, mitä tehtäväpisteiden luona tapahtuu ja millaisia tarinoita muistelutehtävät tuovat esiin, ovat tämän opinnäytetyöprojektin arvioinnin kannalta erittäin olennaisia ja tärkeitä. Tarkastelen saatuja vastauksia rajaamalla tekstit kolmeen eri teemaan: muistojen herääminen, luovia toimintoja sekä hetkessä oleminen. Tällä rajaamisella saan ikääntyneiden kokemuksista nostettua esiin juuri ne seikat, jotka ovat tämän opinnäytetyöprojektille olennaisia asioita. Tämän lisäksi toimin projektipäivien aikana tarkkailevana havainnoitsijana. Olen kohteessa, ollen kuitenkin ulkopuolinen. Havainnoitsijan rooli voi vaihdella hyvin passiivisesti tapahtumien seuraamisesta niin täydelliseen osallistumiseen, että kohde ei edes tiedosta keskuudessaan olevaa havainnoitsijaa. Tällainen tarkkaileva havainnointitapa on toimiva, kun tarkkailijan ja kohteen aktiivinen vuorovaikutus ei ole merkittävää

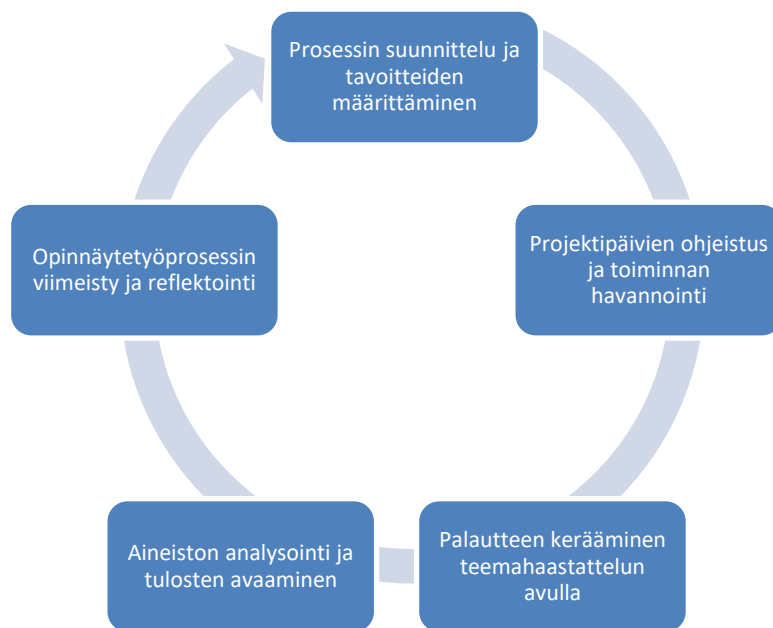


tiedonhankinnalle. Aineistoa havainnoidessaan, havainnoitsija ei koskaan havainnoi ilman omia tunteitaan ja tuntemuksiaan. (Vilkkä 2006.)

Projektipäivien jälkeen toteutan vapaaehtoisille palautekeskustelun. Palautekeskusteluna käytetään teemahaastattelua, mikä sopii tähän tilanteeseen. Näin haastateltavilta ei odoteta tai haluta kovin suuria vapauksia haastattelutilanteessa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Teemahaastattelun aikana on tarkoituksena saada kuuluviin niin ikääntyneiden kuin myös vapaaehtoisten omat kokemukset. Vapaaehtoisten kokemusten ja mielipiteiden kautta pääsen näkemään TaiKon toimivuutta. Teemahaastattelu sisältää kysymyksiä neljästä eri aihealueesta: arvio ja kokemus perehdytysheikistä, kokemukset Taiko tehtävistä sekä ikäihmisten kanssa työskentelystä, ikääntyneiden ja Hopeahovin henkilökunnan kommentit sekä vapaaehtoisten halukkuus osallistua jatkossa tämänkaltaiseen toimintaan. Teemahaastattelu toteutetaan pienissä ryhmissä, joissa vapaaehtoiset pääsevät rauhassa keskustelemaan annetuista aiheista. Tämän jälkeen keskustelemme aiheista yhdessä.

Vapaaehtoisten teemahaastattelusta saadut tiedot puretaan niin, ettei niistä voida tunnistaa henkilöä. Kuten Vilkkä ja Airaksinen (2003, 57-58) toteavat, teemahaastatteluiden avulla saatua aineistoa toiminnallisessa opinnäytetyössä voidaan käyttää konsultaatioaineiston tavoin, eli lähdeaineistona. Näin ollen keskitytään vain sisällön tuottamisessa tarvittavaan tietoon, eikä litteroinnin tarkkuuteen. Näin toimin myös työstäessäni tämän opinnäytetyön teemahaastattelun sekä TaiKon-toimintapäivien kirjallisia materiaaleja.

Tämän projektin aikana tulen siis arvioimaan kahden eri kokijaryhmän avulla TaiKon onnistumista. Kiinnitän huomioni erityisesti siihen, millaisia tunteita ja ajatuksia suunnittelemani tehtävät tuottavat ja ennen kaikkea, ovatko ne käyttökelpoisia. Haluan tuoda kokijoiden, erityisesti ikääntyneiden äänen kuuluvin, jotta voin tuoda näkyväksi sen, millaisia hyötyjä TaiKon kaltainen luova taidetoiminta voi tuottaa.



Kuva 2 Projektin suunnitelma (Kaavio: Virtanen, M. 2017)

## 5 TaiKon synty

Näyttely esittelee lankapohjaista taidetta, joten tehtävapisteen työkalut ja harjoitteet ovat hyvä olla osaksi pehmeitä asioita sisältäviä. TaiKon yhtenä kantavana teemana haluankin pitää koskettelua ja tunnustelua. Taidemuseolla on Villit Virkkaajat -ryhmä, jotka virkkaavat ja ompelevat tarvittaessa käsin kosketeltavia esineitä. Heitä oli tässä projektissa mahdollisuus hyödyntää, ja se tuo loistavan mahdollisuuden käyttää projektissani käsitöitä.

Haluan luoda kokemuksen, jossa ikääntynyt ei vain mene taiteen luokse, vaan pääsee myös itse olemaan osa sitä, joko muistellen, piirtäen tai eri aisteja hyödyntäen. Tehtävien tulee olla keskustelua aikaan saavaa ja mahdollistavat ikääntyneen äänen kuulemisen, antaen näin ikääntyneelle voimaa ja mielihyvää. Pyrin tuottamaan tehtävapisteen, jotka olisivat osa helpompia ja osa haastavampia, jotta sekä virkeämmät ikääntyneet että jo muistisairaammat pystyisivät osallistua TaiKoon.

Tehtävien suunnittelun aloitin tutustumalla Näkyväksi neulottu -näyttelyyn. Osallistuin yhteyshenkilöni Kirsi Nuppolan ohjaamaan taideopastuskierrokseen sekä luin taidemuseo Sinkan Pressi-sivujen kautta taiteilijoista. Tämän lisäksi luin valtavan määrän tietoa eri lähteistä.

Hopeahovin ikääntyneiden vierailu taidemuseolla kestää noin 1h 15 minuuttia, joten TaiKon tehtävapistettä ei tule olla liikaa. Tehtävapistettä on kolmessa eri taidetilassa, joissa jokai-

sessä olisi oma teemansa. Näissä kolmessa tilassa olisi kolme tehtäväpistettä. Näin mahdollistaisimme tehtäväpisteiden kiertämisen rauhassa sekä liiallisen ikääntyneiden rasittamisen. Kävin yhteyshenkilöni kanssa keskustelua, mitkä Näkyväksi Neulottu -näyttelyn teoksista olisivat tähän prosessiin sopivia. TaiKoon valitut teokset virittivät mielikuvia niihin sopivista toiminnoista ja loivat lämpimän ja hyvän olon.

## 5.1 Aistien merkitys TaiKossa

Lähtökohtana TaiKon tehtävien suunnittelussa oli, että tehtäväpisteiden luona olisi mahdollisuus moniaistisuuteen. Ihmisen ikääntyessä aistit heikkenevät ja esimerkiksi dementian ennakko-oireisiin kuuluu haju- ja makuaistin heikentyminen. Tuoksuilla ja hajuilla on kuitenkin vahva yhteys muistiin ja tunteisiin. Koska hajuaistilla on poikkeuksellinen hermorata, tuttu tuoksu voi viedä yhdessä nuuhkaisussa ajassa taaksepäin johonkin tiettyyn merkitykselliseen hetkeen tai paikkaan. (YLE 2016). Elämän loppuvaiheessa vain tuntoaisti on useimmiten täydellisesti tallella. Silloin kun muisti on jo mennyt, on hellävarainen kosketus ainoa mahdollinen vuorovaikutuskeino kahden ihmisen välillä, se auttaa muistisairasta rauhoittumaan ja keskittymään. (HAMK 2014, Suomen dementiahoitoyhdistys ry.) Ikääntyneen aivotoimintaa voidaan tukea erilaisilla aistiharjoituksilla, lukemisella ja erilaisilla ongelmanratkaisutehtävillä ja peleillä (Airila 2012, 14). Koin tärkeäksi tuottaa sellaiset TaiKon työkalut, joissa voisi haastaa käyttämään eri aisteja, tukien jo heikentyneitä aisteja.

Taiteen tarkasteluun on monta vaihtoehtoista reittiä. Taideteosta katsellessaan ihminen käyttää kaikkia aistejaan ja koko kehoaan, ja myös keho kertoo, miltä jokin teos tuntuu. Toisinaan onkin hyvä tarkastella taideteosta yksinkertaisesti aistimalla sitä. Ääni voi muuttua mielessä kuvaksi, muotoja voi maistella tai muuttaa värejä ääniksi. (Itkonen 2011, 14.) TaiKon tehtävissä ikääntyneet sekä vapaaehtoiset pääsivät käyttämään haju-, näkö- ja tuntoaistia. Toki lisänä oli vielä kuuloaisti ja toisaalta myös makuaisti, kun tehtäväpisteiden kiertelyn jälkeen istuimme alas pullakahveille.

### 5.1.1 Moniaistisuus

Moniaistisuudella eli multisensorisuudella tarkoitetaan monen aistin kautta yhtäaikaaisesti saatua aistikokemusta. Näiden termien rinnalla käytetään myös multisensorista työtä sekä snoezelen -menetelmän termejä. Näillä kaikilla tarkoitetaan menetelmää, jossa eri aistikanavien kautta tulevien miellyttävien aistikokemusten ja -elämysten avulla saavutetaan rentoutuminen ja toisaalta oppiminen ja aktivointi. Ihminen hahmottaa maailmaa eri aistien välityksellä ja miellyttävien aistikokemusten ja -elämysten kautta ihminen voi saavuttaa suotuisan vireystilan oppimiselle, mielikuvitukselle, tunteille, luovuudelle, itseluottamuksen rakentumiselle, stressin ja paineiden vähentymiselle sekä vuorovaikutukselle. (Papu.net 2017, Laurea-ammattikorkeakoulu 2009.)

Rentoutumisen ja hyvinvoinnin tuottamien kokemusten lisäksi moniaistisuus tukee muistelu-työtä. Eri aistien kautta saadut elämykset saavat myös muistot aktivoitumaan. Muistelutyössä voidaan käyttää muun muassa kuvia, ääniä, sanoja, makuja, tuoksuja, kosketusta ja liikettä. Lisäksi musiikki, draama ja tanssi sekä erilaiset muistelu- ja eläytymismenetelmät kuuluvat multisensorisen työn menetelmiin. Yleisimmät aistit (näkö, kuulo, tunto, haju, maku, liike ja kipu/kivuttomuus) ja niiden yhdistelmät sekä puutteet voivat aiheuttaa haasteita merkityksellisen elämän kokemiselle. Jotta ihminen selviytyisi elämästä parhaalla mahdollisella tavalla tarvitaan avuksi riittävän esteetöntä moniaistista ympäristöä, apuvälineitä ja työmenetelmiä. Multisensorinen työ on moniaistista, tieteellisesti tutkittua, eettistä ja innovoivaa työtä, jonka taustalla ovat lukuisat menetelmät liittyen musiikkiin, liikkeeseen, taiteeseen ja kehon-tietoisuuteen. (Papu.net 2017, Laurea-ammattikorkeakoulu 2009.)

## 5.2 TaiKon tehtävät

TaiKon tehtäviä varten tutustuin taidemuseoissa tapahtuvaan luovaan taidetoimintaan niin kirjojen kuin lähteiden kautta. Tämän lisäksi käytin pohjana jo itselläni olemassa olevaa tietoa ja kokemusta ikäihmisten taidelähtöisestä työskentelystä. Suunnittelutyön tein itsenäisesti, varmistaen lopuksi vielä taidemuseon yhteyshenkilön Kirsi Nuppolan mielipiteen tehtävistäni.

Taide- ja museokeskus Sinkan alakerran alamontussa sijaitsevat taideteokset ja niiden teemat: äiti, mummot ja heidän oppinsa, vaikuttivat vahvasti myös alamontulle suunnittelemiini tehtäviin. Tämän tehtäväpisteen teemana oli ”Muistelu ja keskustelu”. Pyysin ensimmäisessä tehtävässä ensin tarkastelemaan tilassa olevia tehtäviä ja keskustelemaan teosten herättämistä ajatuksista. Pohdittavaksi annoin teoksesta nousevat muistot ja ihmiset sekä aistimukset ja kokemukset. Pyysin myös muistelemaan, oliko kotona tai mummon luona raanuja ja te kivätkö äiti tai mummo raanuja kangaspuilla. Äidin ja mummon oppeja halusin tuoda nähtäväksi teosten lisäksi myös tässä tehtävässä. Pyysin muistelemaan, opettivatko äiti tai mummo kutomaan, virkkaamaan tai tekemään kangaspuilla. Timo Tähkäsän virkatut teokset antoivat hyvän lähtökohdan seuraavalle tehtäväpisteelle. Teemana teoksen mukaisesti ”Virkkaus” ja ketjusilmukan luominen. Tarkoituksena tässä pisteessä oli kokeilla, onnistuuko ketjusilmukan virkkaaminen, miltä se tuntui ja pitikö virkkaamista muistella vai tuliko se ”selkärangasta”.

Kolmas alamontun tehtäväpiste oli jättimäiseen Sanni Weckmanin Hillevi-mummon kuvaan liittyvä taiteen tarkastelu, teemalla ”Läheltä ja kaukaa”. Pyysin katsomaan teosta ensin mahdollisimman kaukaa ja lähestymään sitä vähitellen, pohtien samalla millaisia havaintoja syntyy lähemmäs tullessa. Halutessaan sai myös kokeilla, miten teos muuttuu, jos käsistä tekee

”kaukoputken”, jonka läpi katsoo teosta yksi kohta kerrallaan (huomaako esimerkiksi kuteiden värien rajapintoja tai loimien tiiviyyttä). Lisäksi ylimääräisenä tehtävänä tehtäväkorissa oli kaksi kaleidoskooppia, jolla sai halutessaan tarkastella Hilleviä.

Ylätasanteelta löytyi kaksi tehtäväpistettä. Täällä sijaitsivat muun muassa vapaaehtoisten Villien Virkkaajien virkatut vihannekset, Liisa Hietasen virkatut ihmishahmot sekä Sonja Salomäen ryijyyn tuftatut maisemakuvat. Kuten alamontulla, myös täällä halusin antaa mahdollisuuden tarkastella taidetta kolmella eri menetelmällä: muistelulla ja keskustelulla sekä konkreettisella tekemisellä. Ensimmäinen tehtävä johdatti teemaan ”Mielikuvitusmatka”. Tarkoituksena oli tarkastella tilassa olevia teoksia sekä keskustella teosten herättämistä ajatuksista ja lähteä mielikuvitusmatkalle lapsuuteen ja nuoruuteen. Silmien sulkeminen oli vapaaehtoista, pääasiana kuitenkin, että muisteli hetkiä, jolloin oli käynyt kaupparesseilla ja toreilla, oliko joku mukana ja mitä sieltä ostettiin. Pyysin myös muistelemaan miltä siellä tuoksui. Toisen tehtäväpiste keskittyi tunnusteluun ja tunnistamiseen, teemana ”Ostoksilla”. Villit Virkkaajat -ryhmä oli virkanneet valtavasti vihanneksia ja juureksia, joista osa oli asetettu puiseen ostoskoriin. Tässä pisteessä oli lisäksi kankainen ostoskassi. Tehtävänantona oli tutkia ja kosketella koreissa olevia virkattuja vihanneksia ja keskustella mitä ne ovat ja miltä ne tuntuivat. Lopuksi ostoskassiin sai kerätä ne raaka-aineet, joita itse ostaisi.

Kolmannessa huoneessa sijaitsivat TaiKon kolme viimeistä tehtäväpistettä. Yhdessä niistä pääsi käyttämään tuntoaistia tunnustelupussien kanssa. Olin laittanut kangaspusseihin erilaisia esineitä, joita ikääntyneiden tulisi tunnustella ja tunnistaa. Nämä esineet olivat höyheniä, kuivattuja herneitä, viinipullonkorkkeja, pumpulia, käpyjä sekä ylimääräisenä esineenä pieni virkattu hyperbolinen muoto, joka viittasi Daina Taiminan Valkoinen Pilvi- teokseen. Tunnustelun aikana oli mahdollisuus miettiä, aistiiko esineen lämpötilan ja lopuksi valita esineistä yksi ja kertoa siitä asioita, joko yksittäisiä lauseita tai sanoja. Tehtävänä oli myös pohtia, millaisia mielikuvia, tuoksua, ääniä tai tunnelmia esine tuo ja johdattaako esine mahdollisesti lapsuusmuistoihin. Tämä tehtäväpiste ei liittynyt varsinaisesti mihinkään esillä olevaan teokseen.

Hajuaistin toimivuutta pääsi kokeilemaan toisessa tehtäväpisteessä, jonne olin asettanut esille tuoksupurkkeja. Teemana tässä pisteessä ”Tuoksua ja muistoja”. Kyseisessä pisteessä oli viisi pilttipurkkia, joiden sisälle olin laittanut pienen harsokankaan palan, jonka sisällä oli tuoksuntuoja. Tuoksut olivat kahvi, mäntysuopa, glögimauste/pullamauste, terva sekä eukalyptus. Tarkoituksena oli tuoksuttelen kautta saada selville mitä purkit sisältävät. Tuoksujen kautta sai tarkastella veikö tuoksu johonkin muistoon, oliko haju tai tuoksu miellyttävä ja toiko se jonkin maun suuhun tai värin mieleen.

Kolmas tämän huoneen tehtävä liittyi Annukka Mikkolan Pesä-teokseen. Teoksessa oli katosta roikkuvia pesiä ja sen asukkaita, joita sai myös kosketella ja tarkastella ihan läheltä. Tee-  
mana tässä tehtäväpisteessä oli muistelu ja keskustelu. Tarkoituksena oli muistella, rakensiko lapsuudessa pesiä tai majoja. Lisäksi tuli pohtia mikä tai kuka voisi Annukan pesissä asua, olisiko se eläin tai kenties satuolento, minkä kokoinen se olisi, miten se liikkuisi ja ääntelisi. Mahdollisuutena oli piirtää kyseinen asukki paperille (vapaaehtoinen sai auttaa) sekä kirjoittaa asukin ääntelytyyli ja muita luonteenpiirteitä. Kirjoitin tehtävänantoon piirtämisen lisäksi mahdollisuuden myös tuottaa ääntä sekä näyttää liikkeitä, jos henkilö tästä innostuu.

Näistä kahdeksasta tehtäväpisteestä koostui suunnittelemani TaiKon kokonaisuus. Ajatukse-  
nani oli, että tehtävät olisivat sekä helposti lähestyttäviä että myös hieman rohkeutta vaati-  
via. Tarkoituksena ei kuitenkaan ollut saada ketään tuntemaan oloansa epämiellyttäväksi tai  
pelokkaaksi, pikemminkin rohkaista kokemaan jotain uutta ja luottamaan itseensä ja tekemi-  
seensä. Toisin sanoen, pyrkimyksenäni oli tuottaa tehtäviä, joiden luona mahdollistuisi ikään-  
tyneiden voimaantuminen (empowerment); tuntee hyvinvointia taiteen tekemisen, kokemisen  
ja oppimisen keinoin.

### 5.3 TaiKon projektipäivät

Taikon projektipäiviä oli helmikuun aikana kaksi. Ensimmäisellä kerralla, 3.2., paikalla oli yh-  
deksän vapaaehtoista ja neljä Hopeahovilaista sekä kaksi Hopeahovin työntekijää. Toisella  
kerralla 6.2. taidemuseolle oli saapunut kahdeksan vapaaehtoista, seitsemän Hopeahovilaista  
sekä kaksi Hopeahovin työntekijää.

Projektipäivät alkoivat tavaroiden paikoilleen laittamisella ja vapaaehtoisten perehdytyksel-  
läle. Taidemuseon lehtori Kirsi Nuppola avasi tilaisuuden kertoen näyttelyn teemasta. Tämän  
jälkeen esittelin itseni ja TaiKon. Kerroin mikä vapaaehtoisten rooli tulisi päivän aikana ole-  
maan: kiertää tehtäväpisteet Hopeahovilaista avustaen ja tehtäviä tehden. Toin myös ilmi,  
että TaiKon tehtäviä sai soveltaa. Tehtävät toimisivat ohjenuorana, mutta tärkeintä oli kes-  
kustelu ikääntyneiden kanssa. Kaikki keskustelu, jota teosten luona syntyisi olisi tärkeää ja  
kirjaamisen arvoista. Pääasiana TaiKossa on, että muistisairas kohdataan, häntä kuullaan ja  
hän saa uudenlaisen taidekokemuksen. Tehtävät tulee toteuttaa asiakasta kuunnellen ja hä-  
nen kuntonsa huomioiden. Kaikkia tehtäväpisteitä ei tarvitse kiertää, jos ei ehdi tai jaksa. Jos  
tehtäväpisteellä syntyy keskustelu, josta ei malta lähteä, se on sallittua.

Esittelyn jälkeen esittelin vapaaehtoisille TaiKon tehtäväpisteet. Tahdoin heidän tietävän teh-  
tävpisteiden paikat, jotta niiden luokse olisi vaivatonta tulla. Samalla kerroin, mikä kullakin  
tehtäväpisteellä on ajatus ja mitä teemaa tehtävät koskevat. Huomasin, kuinka osalla vapaa-

ehtoisista tunnelma oli jännittynyt. Pyrin pitämään tunnelman rentona ja kannustamaan toimimaan omana itsenään ja tilanteen mukaan. Lisäksi halusin tuoda ilmi kiitollisuuteni siitä, että he ovat saapuneet paikalle; ilman heitä tämä projekti ei onnistuisi. Selvitin myös oman roolini projektipäivän aikana. Tulisni kiertämään tehtävapisteen luona, mutten arvostelisi tai arvioisi.

Hopeahovin päivätoiminnan ikääntyneiden saavuttua taide- ja museokeskus Sinkkaan Kirsi esitteli itsensä kertoen samalla hieman näyttelystä. Tämän jälkeen esittelin itseni ja kerroin lyhyesti ikäihmisille että Hopeahovin henkilökunnalle mitä tuleman piti. Tämän jälkeen tapahtui ryhmäytyminen, jonka jälkeen sai alkaa omassa tahdissa kiertää TaiKon tehtäviä.

Alkuperäinen suunnitelmani oli koota niin ikääntyneet kuin vapaaehtoiset yhteen yläaulaan. Siellä olisin ohjannut tutustumisleikin, joka olisi vapauttanut tunnelmaa. Tilanne ja aika huomioon ottaen päätin kuitenkin jättää tämän toteuttamatta. Koin yläkertaan siirtymisen ja siellä tapahtuvan toiminnan liian monimutkaiseksi ja raskaaksi, ottaen huomioon siirtymähetkien hitauden sekä asiakkaiden jaksamisen.

Tehtävapisteen jälkeen oli vuorossa kahvihetki. Tämä hetki oli tarkoitettu vapaaseen jutusteluun, mutta lisäksi myös tunnelmien kuulosteluun. Kahvihetkellä ilmapiiri oli rauhallinen, mutta mielestäni myös autuas. Mielestäni hetkestä huokui tyytyväisyys ja ilo siitä, että sai kokea jotain tällaista.

#### 5.4 Vapaaehtoisten rooli

Keravan taidemuseolla ei varsinaisesti ole omia vapaaehtoisia. On kuitenkin yhdistyksiä, jotka tarjoavat vapaaehtoisia toimimaan vapaaehtoisina museokäyntien aikana. Yksi tällainen on Vapaaehtoisen hyvinvointityön keskuksen Talkoorengas. Vapaaehtoisen hyvinvointityön keskus toimii Keravalla tarkoituksenaan edistää oikeutta kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, olemalla mukana arjessa, auttamalla ja tukemalla, sekä tarjoamalla ennaltaehkäisevää toimintaa vauvasta vaariin. Vapaaehtoinen auttamistyö tukee, antaa lisäarvoa sekä laajentaa yhteiskunnan palveluja uusille alueille. Talkoorengas kouluttaa ja kurssittaa halukkaita toimimaan vapaaehtoisina muun muassa sairaalanvapaaehtoistyössä, kirjastoystäväksi, ystäväpalveluun jne. Talkoorengaan toimintamallissa on keskeistä se, että henkilön halutessa vapaaehtoistyöhön, hänelle etsitään hänen toivomaansa vapaaehtoistyötä. Näin vapaaehtoiset voivat hyödyntää omaa osaamistaan haluamallaan tavalla. Sairaalavapaaehtoiset käyvät Keravan terveyskeskuksen vuodeosastoilla ja toimivat potilaan seurana, keskustelevat ja kuuntelevat, potilaan toiveiden mukaan. (Vapaaehtoisen hyvinvointityön keskus 2016.)

Seuraavissa alakappaleissa avaan ne kommentit ja muistiinpanot, joita vapaaehtoiset olivat tehtävapisteidensä aikana kirjoittaneet muistiin. Kirjoitan kursivoituina ne tekstinpätkät, jotka olivat muistiinpanoissa lainausmerkeissä. Tämän lisäksi kirjoitan tekstit juuri niin, kuin ne olivat alkuperäisesti kirjoitettu, korjaten kuitenkin pilkku- ja kirjoitusvirheitä. Tämän lisäksi olen tarvittaessa vaihtanut nimen, jotta ikäihminen jäisi tunnistamattomaksi.

Huomasin projektipäivien aikana kuinka ikäihmiset todella heittäytyivät ja keskittyivät TaiKon tehtäviin. Koin silti yllätykseksi lukiessani vapaaehtoisten kirjoittamia muistiinpanoja. Taidemuuseon teokset, tehtävänanto ja vapaaehtoiset olivat todella herättelleet muistoja ja saaneet paljon keskustelua aikaan. Monen ikäihmisen muistot koskivat niin hyviä kuin kipeitäkin muistoja. Muistot keskittyivät eletyn elämän historiaan ja uskon, että muistojen kautta ikääntyneet kokivat niin ilon läikähdyksiä kuin voimaantumisen tunteitakin.

Ryijyt, Hillevi-mummon kuva sekä ketjusilmukan virkkaaminen toivat erityisesti muistoja mieleen. Eräs oli tehnyt ryijyn itsekin, usea virkannut niin, että äiti opetti. Sisaruksille on virkattu lapasia kahdella langalla, jolloin lapaista on tullut paksuja. Eräs muisteli kotona olleen matonkutomistelineen, jolla jyskytettiin ja pujotettiin lankojen läpi sukkula. Äidin tekeminen nousi pintaan usealla. Räsymatolla on sommiteltu värit etukäteen ja värjätty ne itse. Kotona on myös tehty ristipistotöitä. *”Muistan kun äiti sanoi, että mees nyt tekemään, ristipistosan tein ensin.”*

Toisille eivät työt juurikaan tuoneet muistoja mieleen. Eräs ikääntynyt sanoi ensin, etteivät työt tuo mieleen mitään, mutta totesi hetken päästä mieleen muistuvan vaimon, joka teki paljon käsitöitä. Ketjusilmukoiden luominen toi mieleen ensimmäiset työt sota-aikana, jolloin kirjoiltiin vihreästä langasta essu. Pula-aikana on tehty uutta vanhaa purkaen: *”ihan hyviä niistä tuli”*. Yhden ikäihmisen muisto oli kylpyhuoneenmatto, jonka hän oli virkannut vuosia sitten. Eräs ikääntynyt muisteli nuoruuttaan, jolloin lankavaatturi teki hänelle kävelypuvun Panama-kankaasta *”olin pitkä ja hoikka!”*

*”Äiti kutoi sotilaillekin... Pohjanmaalla kotona oli kangaspuut ja kylällä lainattaviksi yhden, myöhemmin tupa jossa sai käydä. Olin 10 v kun talvisota alkoi. Tehtiin tumppuja, joissa etusormi ja peukalo erikseen.”*

Mielikuvitusmatka lapsuuden kauppa- ja torireissuille herätti myös paljon mielenkiintoisia muistoja. Tähän tehtävään olin yhdistänyt virkattujen vihannesten tunnustelun ja oman kaupakassin keräämisen, joiden uskon vaikuttaneen muistojen syntyyn. Näissäkin muistoissa näkyy köyhyys sekä sodan ja pula-ajan vaikutus. Muisto kauppamatkasta kertoo, että kaupan käynti ollut vähäistä, ostettu lähinnä hiivaa ja sen sellaista. Jyvistä on tehty kahvia ruista



hyödyntäen, jos ei ohraa ollut saatavilla. Sota-aikana käytetty kuponkeja ostoksiin. Vihannes-ten kasvatusta, maatila ja omavarainen talous tulivat muistoista esille. Kasvimaille on kasvanut niin punajuuria, kuin tomaattia ja kurkkuakin. Kauppatemat on olleet pitkiä, Saviolta on kävelty Keravan torille. Yksi ikääntynyt kertoi myyneensä torilla joulukuusia. Eräs ikääntynyt muisti Irwinin laulaneen ”*haistakaa paska, koko valtiovalta*” ja toinen kertoi hiihtokilpailuista Kumitehtaan lapsille. Mielenkiintoinen huomio on se, että vain tässä mielikuvamatkassa torille nousee muistoista mieleen isä - yhdessäkään muussa muistelussa ei kukaan ole maininnut isäänsä. Äiti taas on mainittu hyvin useassa muistossa. Eräs ikääntynyt kertoo, kuinka isä kävi torilla ja hoiti ostokset. Heidän kasvimaansa oli kotona, jossa kasvoi kurkkuja ja tomaatteja. Pyydettyäessä muistelemaan, miltä torilla tai kaupassa tuoksui, tuli ikääntyneen tarinasta tuoksumuisto kielosta sekä saippua Sunlightin tuoksusta.

*”Kapalla ostettiin perunoita, myyjä laittoi kapan rintaansa vasten ja lappoi perunoita siihen.”*

Tunnustelupussien parissa materiaalien koskettelu herätti erilaisia tunteita sekä muistoja niin menneisyydestä kuin nykyhetkestäkin. Pusseissa olleista höyhenistä muistui mieleen kalan lattia ja kanat, jotka olivat muistoja entisestä elämästä. Sotamuisto pulpahti esiin jostain tunnustelupussista. Eräs ikäihminen kertoi, kuinka pähkinäpuusta tehty pussi päästettiin rappuja alas, josta syntynyt rapina laittoi äidin kysymään ”*Onko ne venäläiset taas tulleet?!*”. Viinipullonkorkkien tunnustelu palautti mieleen kotona tehdyt viinimarja-, karviais- ja omenahutut.

Pesä-teoksen tehtävä, jossa pyydettiin pohtimaan, muistaako rakentaneensa majoja tai pesiä lapsena, tuo näkyväksi myös sen, kuinka tarkasti ikääntynyt ja muistisairas voi muistaa asioita. Eräs ikääntynyt kertoi rakentaneensa havumajan ja lähteneen hakemaan kuusissa kasvaneita punaisia käpyjä. Hän kuitenkin putosi käpyjen haussa ja selkä tuli kipeäksi, joten kiipeily loppui. Pojat ja serkut ovat olleet tapahtumassa mukana, ja pienin lapsista, joka hädintuskin on osannut puhua, on laitettu vahtimaan, kun toiset kiipesivät puuhun. Sodan vaikutus näkyy näissäkin muistoissa. Muisto sinertävästä hankikannosta on jäänyt mieleen ikääntyneelle, joka kertoo tehneensä pesiä lumeen. Tästä muistosta on tullut mieleen matka mökin lidalle Pohjanmaalle, kun vietiin joululahjoja.

*”Havumajan rakensin sota-aikana Lohjalle Karkalinniemen. Ei satuolentoja, sotahan siellä pauhasi”.*

## 6.1 Luovia toimintoja

Jokaisen tehtäväpisteen kohdalla oli muistelun lisäksi myös käsillä tekemistä: virkkaamista, piirtämistä, tuoksuttelua tai tunnustelua. Tarkastellessani ikääntyneiden ja vapaaehtoisten

työskentelyä, kuulin useaan kertaan vähättelyä ja itsekritiikkiä omaa osaamista kohtaan. *"En minä osaa, en haista kuitenkaan"*. Tämä olikin kenties haaste, jonka suhteen vapaaehtoiset saivat tehdä töitä, luoda uskoa ja rohkeutta ikäihmisen omalle osaamiselle. Virkkauspisteellä on eräs ikääntynyt todennut *"en kehtaa, annetaan olla."* Vapaaehtoiset olivat kuitenkin erittäin päteviä ja onnistuivat jokaisen ikääntyneen kanssa synnyttämään keskustelua ja toimimaan TaiKon tehtäväpisteillä.

Pesä-teokseen olin suunnitellut lapsuusteeman, jonka tiimoilta tuli pohtia kuka, mikä ja minäläinen voisi Pesä-teoksen pesissä asua. Mahdollisuus oli myös piirtää paperille pesän asukki sekä sen ääntelytyyli. Eräs ikääntynyt kertoo pesässä asuvan piipittäviä ja hyppiviä mielikuvitusolioita. Sama ikääntynyt oli halunnut piirtää teeman pohjalta. Piirros on tarisevin kävin piirretty talo, jonka savupiipusta nousee savua, vieressä on puu, ihmishahmo ja iso kissa. Tekstinä teokseen on *"Mummo, ja hänen kissansa. Minullakin on ollut kissa"*. Tästä muistiinpanosta voimme huomata sen, kuinka muistelutyö ja luova tekeminen, tässä tapauksessa piirtäminen tuovat muistoja mieleen. Yksi ikäihminen kertoo pesien tulleen isommiksi, kun niitä katsoi pidempään. Pesät toivat mieleen oravanpesät.

Tuoksupurkit jakoivat mielipiteitä. Tuoksupurkit olivat aiheuttaneet epävarmuutta ja kiusaantuneisuutta tuoksun tunnistamisen epäroinnin takia. Useissa muistiinpanoissa lukee hajuaistin huonoudesta, että se on heikentynyt tai että on vaikea tunnistaa tuoksuja. Toisaalta kaikissa näissä muistiinpanoissa on tuoksut tunnistettu lähes oikein. Useat ikääntyneet ja vapaaehtoiset kuitenkin pitivät tästä tehtäväpisteestä, sillä tuoksuja oli mukava tuoksutella ja niiden pohjalta syntyi runsaasti keskustelua. Glögimausteesta, joka sisälsi kardemummaa, usea tunnisti kardemumman, joka taas antoi leipomisen muiston. Kahvipurkki oli haastava, mutta sekin tunnistettiin, kun tiedettiin mitä purkissa on. Eräs kertoi olleensa kahvia paahtamassa ja poltetun kahvin kirveltäneen silmissä.

Ostos- ja kauppamatkojen pohdinta sekä siihen liittynyt virkattujen vihannesten tunnistelu ja oman ostokassin kerääminen jakoivat erityisesti vapaaehtoisten osalta mielipiteitä. Sain palautteena tällaisen toiminnan sopivan paremmin vaikeammin muistisairaille ja tehtävän olleen liian helppo. Toiset taas pitivät tästä tehtävästä ja kertoivat, kuinka vihannesten tunnistelu ja kauppamatkojen muistelu toivat runsaasti keskustelua ja oli hyvällä tavalla helppo tehtävä hiljaisempien ikääntyneiden kanssa. Hopeahovin ikääntyneissä oli muistisairauden eri vaiheissa olevia ikääntyneitä. Virkattuja vihanneksia tunnistettiin hyvin ja omiin ostokasseihin oli kerätty paljon erilaisia vihanneksia ja juureksia. Yksi halusi tehdä näistä aineksista keiton. Moitittavaakin löytyi, sillä *"porkkanat olivat liian pehmeitä."*

Alakerrassa ollut Hillevi-teos ”*vaikutti mieshenkilöltä tukan perusteella*”. Sillä oli ”*enemmän hiuksia kuin mulla. Punaista näkyy. Mummolta näyttää. Vähän anova mielentila.*”. Tämän teoksen erotti paremmin, kun katsoi kauempaa, oli erään kommentti.

## 6.2 Hetkessä oleminen

TaiKon tärkein ajatus oli tarjota muistisairaille ja ikääntyneille erilainen, mukava ja kiireetön kokemus taiteen parissa. Tarkoituksena oli mahdollistaa ikääntyneen oman äänen kuuleminen, vierellä olo ja TaiKo-tehtävien teko, ilman suorittamista tai pakottamista. Olen lukenut muistiinpanoista valloittavan ihania ajatuksia tästä hetkestä ja tämän hetkisestä maailmasta. Oma sairaus ja vanheneminen näkyvät muistiinpanoissa ja tuovat niihin oman herkän ja koskettavan tunteen.

Alakerran raanujen, ketjusilmukoiden sekä Hillevin keskellä on puhuttu nykypukeutumisesta sekä omista kokemuksista virkkaamisen ja mattojen kutomisen suhteen. Lisäksi on ihasteltu ja ihmetelty Hilleviä ja keskusteltu missä ikääntynyt on asunut. Myös Keravan kauppoja on arvosteltu ja kerrottu niiden menneen huonompaan suuntaan, esimerkiksi vaatteiden laadun suhteen.

*”Värejä saisi olla enempi. Hesan asemalla vain mustaa. Mietin, mikäs suruaika täällä on! Itse pidän kirkkaista väreistä!”*

*”Uskomaton työ. Kehykseen kangaspuillako tehty? Enpä ole ennen tällöistä nähnyt! Tekniikka kiinnostaa. Huulet ja silmäterät erityisesti.”*

Ostokassin kerääminen ja kauppamatkojen muistelu innostivat kertomaan tämän hetkisestä arjesta. Eräs kertoi syövänsä vain mikroruokaa, eikä lainkaan vihanneksia, mutta satsuma, tomaatti ja kuorittu kurkku sekä mansikat käyvät. Hän kertoi ostavansa vain sen verran kuin syö. Parhaana perunana hän pitää Lapin puikulaa ja Keravan kalenteria kehuu hyvien Keravakuvien takia. Nimien muistelu ja eletty elämä tulivat esille tämän tehtäväpisteen luona.

*”Olemme molemmat Pohjanmaanpoikia. Tuurin etunimeksi Kauko muisti Antin. Serolle oli kateissa. Kauhalla Kauko syntyi ja muutti työn perässä etelään. Meidän takana oli ihan elävä hahmo.”*

Ikääntymisen haasteista ja ”vaietuista” asioista on puhuttu tuoksupurkkien luona. Yksi ikäihminen on kertonut kokeensa hajuaistin menettämisen ikävänä pidätys-asioden takia. Ikääntyminen ja huumorintaju näkyvät myös ketjusilmukanvirkkauspisteen luona. Naispuolinen ikääntynyt kertoi aikoinaan kutoneensa lapsille nuttuja, potkuhousuja ja peittoja. Hänellä on viisi

lastenlasta. Heistä seitsemänvuotias oli kysynyt ” *Kuule mamma, oletko jo 100 v?*” Nyt virkkaus sujui vanhalla rutiinilla ja kertoi kiinnostuksestaan bambulankaa kohtaan. Hän kertoi kuinka värien pitää sopia, sillä hänen vaatetuksensa värit sopivat toisiinsa. Yksi muistiinpano toi ilmi jutustelun ja kuuntelun tärkeyden: ” *Virkkaus kivaa, elvytti kaikenlaista juttelua elämästä.*”

## 7 Vapaaehtoisten palautekeskustelun tulokset

Pidin vapaaehtoisina toimineille henkilöille palautekeskustelun taidemuseo Sinkassa helmikuussa projektipäivien jälkeen. Paikalla tilaisuuden aikana oli 10 vapaaehtoista. Haastattelua varten minun ei tarvinnut hakea tutkimuslupaa erikseen Keravan kaupungilta, sillä jokainen vapaaehtoinen vastasi kysymyksiin yksityishenkilönä.

Kaikki vapaaehtoiset olivat vastanneet pääpiirteittäin hyvin samankaltaisesti kysymyksiin. Vastauspapereista sai hyvän käsityksen kummankin Taikon -toimintapäivän tuottamista kokemuksista. Myös ikääntyneen eriasteinen kunto ja kiinnostuksen taso nousivat hyvin esille vastauksista. Pääpiirteittäin voin kuitenkin todeta, että vastauksista huokui TaiKon kaltaisen toiminnan olevan arvokasta ja mielenkiintoista. Tämän lisäksi jokainen olisi valmis osallistumaan tämänkaltaiseen toimintaan uudestaan.

*”Suunnitelma vaikutti hyvältä (kiva, että oli osoitettu tärrpit, kohteet ja tehtävät, joihin saattoi keskittyä). Alussa kuitenkin arvelutti, mahtavatko vanhukset lähteä mukaan, pitävätkö he tehtäviä liian ”lapsellisina”.*

*”Alkuesittely oli innostava ja hauska”*

Vastauksista tuli näkyväksi se, että TaiKon tehtävät oli helppoja ja luontevia ymmärtää. Lisäksi alkuesittelyä, jolla tarkoitettiin ohjaamaani perehdytyshetkeä ennen itse toimintahetkeä, pidettiin innostavana ja hauskana. Muutama vastaaja kertoi, että ”*oltiin odottavalla mielellä tilanteen mukaan*”. Pohdintaa aiheutti, oliko Hopeahovin väelle pidetty myös valmennus ja millaisia odotuksia heillä oli. Toimintapäivän aloitusta muutama kertoi pitäneensä epäselvänä, sillä oli epävarmuutta kenen matkaan lähteä. Esille nousi myös pohdintaa lapsellisuudesta, pitävätkö ikäihmiset tehtäviä liian lapsellisina ja suostuvatko näin ollen lähteä mukaan toimintaan.

### 7.1 TaiKon tehtäväpisteet ja ikäihmisten kanssa työskentely

Eniten keskustelua olivat synnyttäneet tehtäväpisteiden toimivuus. Kaikki ryhmät eivät olleet ehtineet tutustua jokaiseen tehtäväpisteeseen, mutta useassa vastauksessa pidettiin virkkausta yhtenä parhaimpana tehtäväpisteinä. Sen luona olikin syntynyt paljon keskustelua ja

ikäihmisen kuulemista. Tämän lisäksi virkatut vihannekset innostivat keskustelemaan. Mielipiteet jakautuivat vahvasti tuoksupurkkien kohdalla ja osa pitikin tätä pistettä parhaimpana tehtävapisteenä. Toinen puoli puolestaan kertoi tämän olleen haastavin tehtävä. Perusteluksi sanottiin, että osalla ikääntyneistä on jo huono hajuaisti iän tai lääkkeiden takia.

*”Virkkaus ja muistelu ja tuoksujen arviointi olivat mielestäni parhaita.”*

*”Tuoksutehtävä oli hyvin haastava, virkkuukoukku tuntui luontevalta kaikille.”*

*”Virkkuukoukku oli ehdottomasti paras: innosti Ritvaa vanhuksen kokeilemaan, kun pistimme työn alulle, ketjua alkoi syntyä. Samalla pulpahteli tarinoita Ritvan nuoruudesta, asuista, tekemisistä jne. Hyvä aloitustehtävä: tämän jälkeen muukin sujui”.*

Paljon keskustelua synnytti kysymys työskentelystä ikääntyneiden kanssa. Tehtävapisteyden kiertäminen ja niissä toimiminen oli osalla sujunut vaivattomasti ja virkeä sekä reipas ikäihminen oli nauttinut käynnistä kovasti. Toisaalta taas muistisairauden myöhemmässä vaiheessa olevalla oli vaikeuksia orientoitua paikkaan. Vapaaehtoisen on täytynyt innostaa, sillä oma-aloitteisuutta tehtävien tekoon ei ole löytynyt. Tämän lisäksi ikääntyminen sekä muistisairaus oli kiertäessä otettava huomioon. Oli erikseen valittava ne tehtävapisteyt joissa käydä, sillä ikääntyneen voimavarat olivat rajalliset. Oman haasteensa oli tehnyt myös sanojen hukassa olo, sairauden myötä tavaroiden nimet olivat jo kadonneet muistista. Kyseisessä tilanteessa käytiin enimmäkseen vain keskusteluja joidenkin töiden ääressä. Pieni muotoinen tekeminen ja sosiaalinen tilanne ovat miellyttäneet aktiivista ikääntynyttä.

*”Kyseinen vanhus oli poissaoleva, me oppaat oltiin äänessä ja ei ennätetty kuin 3 pistettä, tuoksut lopulta virkistivät hänet myös puhumaan. II-toinen ryhmä myös 3 pistettä. Vieraat ottivat vastaan annetut tehtävät, juttelivat kyllä, mutta vaikea sanoa oliko kiinnostusta.*

*”Sujui hyvin, vaihdoimme paljon ajatuksia. Ensin osa vastusti työkaluja, mutta kun kannustimme, he rohkaistuivat ja selvästi nauttivat. Paitsi tuoksuista.*

*”Yllätti positiivisesti: vanhuksemme olivat virkeitä ja vastaanottavaisia. Pääosin sujui hyvin, kaleidoskooppia pidimme epäonnistuneena. Piilopussien kokeilu kivaa, mutta Tyyne huijasi malttamattomuudellaan”*

Ikäihmisten virkeys ja vastaanottavaisuus yllättivät osan vapaaehtoisista. Näyttelyn kiertäminen, työskentely sekä ajatusten vaihto on sujunut hyvin. Vastauksista näkyi kuitenkin myös vastahakoisuus, osa ikääntyneistä oli vastustanut TaiKon työkaluja, ryhtyen kuitenkin toimimaan vapaaehtoisten kannustettua. Osalla ikääntyneistä kiinnostuksen taso on ollut vaikeasti

mitattavissa, vaikka jutustelua onkin syntynyt. Kuten aikaisemmin totesin, tuoksupurkit jakoi-  
vat mielipiteitä, osan kehuessa niitä parhaimmaksi tehtäväpisteeksi ja osa vaikeimmaksi. Kah-  
vin tuoksun on useat tunnistaneeet. Tuoksupurkit antoivat myös onnistumisen kokemuksia, kun  
poissaoleva vanhus saatiin niiden avulla puhumaan. Myös virkatut vihannekset ovat toimineet  
hyvänä aktivoijana hiljaisen ikääntyneen kanssa. Tämä lisäksi myös tunnustelupusseja on ke-  
huttu.

Vapaaehtoisten tunnelmat ovat olleet miellyttäviä. TaiKo on ollut *”mukavaa puuhaa ja toi-  
minta hauskaa”*. Tämä projektin myötä vapaaehtoiset ovat tutustuneet toisiinsa ja löytäneet  
ystävän. Heitä kiinnosti Hopeahovin ikääntyneiden kommentit TaiKosta sekä onko heiltä ke-  
rätty palautetta, muuten kuin kahvihetken aikana.

*”Meillä itsellämmeikin, Tuijalla ja Hannalla oli hauskaa. Oikeastaan vasta tutustuimme tässä  
ja ystävystyttiin! Kivaa!!”*

Vapaaehtoisten palautteista näkyy ikääntyneiden kiinnostus näyttelyä kohtaan. Näkyväksi  
neulottu -näyttelyä sekä TaiKon -tehtäväpisteitä on ihailtu ja kehuttu. Näyttely on innostanut  
tarinoimaan entisistä ja nykyisistä. Toisaalta kaikkien kanssa ei omatoimista jutustelua ole  
syntynyt, vaan on vain vastailtu kysymyksiin. Tehtäväpisteiden luona on muun muassa muis-  
teltu nuoruutta, nimetty hedelmiä ja ihasteltu näyttelyssä näkyviä kädentaitoja. Ylipäätään  
vierailu taidemuseossa on tuottanut hyvää mieltä ja innostusta.

Osa vapaaehtoisista ehti jutella Hopeahovin työntekijöiden taidemuseo Sinkasta sekä TaiKon  
kaltaisesta toiminnasta. Työntekijät kehuivat yhteistyötä ja ovat olleet innostuneita toimin-  
nasta, tuoden samalla esiin sen kuinka erilainen päivä tuo vaihtelua ja virkistää asukkaita.  
Työntekijät olivat toiminnan aikana ikääntyneen tukena ja ottivat osaa tehtäviin ja muiste-  
luun. Lisäksi he ovat tuoneet ilmi, että vastaavanlaisia tilaisuuksia saisi olla jatkossakin.

*”Juttelitte työntekijän kanssa Sinkassa ja jälkeenpäin puhelimessa (järjestelimme kyläilyä  
Ainon kotiin.) Yhteistyö erinomaista!”*

*”Työntekijä oli vanhuksen tukena ja otti osaa tehtäviin ja muisteluun.”*

Tehtäväpisteiden määrään on pidetty hyvänä, sillä niitä on hyvä olla riittävästi ja jopa ”yli  
tarpeen”, koska kutakin ikääntyntä kiinnostavat eri asiat. Ilmi tuli myös mietinnät kierrok-  
sen pituudesta, sillä vapaaehtoiset olivat huomanneet, etteivät ikääntyneet jaksa kovin pit-  
kää kierrosta. Väsymys ja kahvin tarve oli alkanut näkyä jo tunnin päästä. Kahden vapaaehtoi-  
sen ja yhden ikääntyneen ryhmä on ollut sopivankokoinen, kun keskustelu ja kirjaus on suori-  
tettu vuorotellen. Oman haasteensa on tuonut tehtäväpisteiden ruuhkautuminen sekä jatku-  
vasti varattuna ollut hissi.

Vastauksista tulee ilmi positiivisuus. Yhteistyötä vapaaehtoisten, taidemuseon, että Hopeahovilaisten kanssa on kehuttu ja sitä kannustetaan jatkamaan. Osallistumisen todetaan olevan jatkossa helpompaa, kun vapaaehtoisilla on kokemus ikääntyneiden kanssa työskentelystä. Toimintaa ei kuitenkaan toivota olevan liian usein. Taidemuseo Sinkan monipuolinen hyödyntäminen saa erityiskiitoksen. Projektin laaja-alaisuutta pidetään erittäin onnistuneena, sillä on hyödynnetty monen sektorin ihmisiä: ikääntyneet, vapaaehtoiset, opiskelija, museon henkilölunta sekä loistavat tilat.

*”Jäi tunne, että tämä oli kaikille osapuolille mukava kokemus. Yhteistyötä kannattaa varmasti jatkaa.”*

*”Olivat innostuneita, vaihtelu virkistää, erilainen päivä asukkaille, toivovat vastaavia tilaisuuksia.”*

## 7.2 Omia huomioita

TaiKon projektipäivien aikana toimin tarkkailevana havainnoitsijana. Olin läsnä taidemuseolla, mutten ottanut osaa tehtävapisteesiin. Tarvittaessa autoin ja opastin, mutten muuten puuttunut vapaaehtoisten ja ikääntyneiden työskentelyyn.

Toimiessani tarkkailevana havainnoitsijana projektipäivinä, kiinnitin huomiota hyvin samoihin asioihin, joista vapaaehtoiset palautteissaan kertoivat. Virkattujen vihannesten sekä virkkauspisteen luona istuttiin ja juteltiin pitkään. Tuoksupurkkien luona syntyi hauskoja hetkiä, kun mietittiin tuoksua ja toisaalta myös epävarmuus näkyi siellä kaikista eniten. Muutamia ikääntyneitä houkutteli enemmän kahvitauko kuin tehtävät. Kaiken tämän ohella, kiinnitin huomioni myös vapaaehtoisten omiin sosiaalisiin taitoihin, jotka tulivat mielestäni hyvin esille myös teemahaastattelutilanteessa. Vapaaehtoisten joukossa oli hyvin erityyppisiä ihmisiä. Toisen persoona huokui rohkeutta ja sanavalmiutta, toisesta taas näkyi rauhallisuus eivätkä he olleet niin avoimia. Vapaaehtoiset, jotka kehuivat runsaasti keskustelua sisältäviä tehtävapisteesiä, olivat persoonaltaan rohkeita ja avoimia. Hiljaisemmille vapaaehtoisille olivat helpompia ne pisteet, joissa oli konkreettista tekemistä: tuoksupurkkeja ja tunnustelupusseja. Uskon tämän vaikuttaneen myös palautteeseen ja toisaalta myös tehtävapisteesissä suoriutumiseen. Tämä tulee vaikuttamaan osaltaan tämän toiminnallisen opinnäytetyön arviointiin.

Usea vapaaehtoinen jäi kaipaamaan Hopeahovin ikääntyneiden kommentteja TaiKon tehtävistä ja kokemuksista. Ikääntyneiden osallistuminen TaiKon toimintaan oli itselleni kaikista tärkein palaute ja antoi minulle riittävästi tietoa opinnäytetyötä varten. Opinnäytetyön kannalta arvokasta materiaalia olivat toimintapäivien muistiinpanot, joissa tuli näkyväksi ikääntyneiden kanssa käydyt keskustelut. Lisäksi tehtävapisteesien kiertämisen jälkeen olleen kahvihetken aikana, on kaikki TaiKoon liittyvä keskustelu kirjattu muistiin. Hopeahovin ikääntynei-

den haastatteluiden puuttuminen johtuu ennen kaikkea heidän muistisairaudestaan. Muistisairaudesta johtuen olisi epätodennäköistä, että ikääntyneet osaisivat jälkikäteen kertoa TaiKon tehtävistä ja niiden synnyttämistä kokemuksista. Tämän vuoksi TaiKon toimintapäivien tekeminen sekä vapaaehtoisilta saadut kommentit ovat tämän tutkimuksen tärkeintä antia.

TaiKon ensimmäisen toimintapäivän aikana museo oli auki myös muille asiakkaille. Ilokseni sain nähdä, kuinka ns. tavallisetkin museon asiakkaat tarttuivat TaiKon tehtäviin. Tuona päivänä näin usean ihmisen tuoksuttelemassa tuoksupurkkeja sekä tutkien tehtävapisteidensä tehtävänantoja. Annoin heidän sen tehdä, koska juuri se osoittaa ettei tällainen taidetoiminta katso ikää tai terveydentilaa. Jokaisessa ihmisessä on luovuutta ja taidetta, kunhan antaa itselleen siihen mahdollisuuden. Taiteen tekeminen ja kokeminen ovat hauskoja ja terapeuttisia puuhia. Luovan toiminnan myötä syntyneeseen toimintaan tai leikkiin liittyy aitoa lapsenmieltä, iloa oman ainutlaatuisuutensa löytämisestä ja onnistumisesta. Luovissa menetelmissä tulos ei ole koskaan tärkeä, vaan siinä on kaikki aina oikein. (Elä.fi 2017.)

Jokaisen vapaaehtoisen antamalla ajalla ja työpanoksella oli suuri merkitys tämän projektin etenemisessä ja onnistumisessa. Jokaisella heillä oli halu auttaa minua, vaikka eivät he tietäneet tarkalleen, millainen projekti olisi kyseessä. Lisäksi heillä oli halu tarjota ikääntyneille taide-elämys, joka mahdollistaisi osallisuutta, elämyksellisyyttä ja sosiaalisuutta.

## 8 Arvioinnin luotettavuus

Yksi tärkeä toiminnallisen opinnäytetyön validiteettikriteeri on tulkinnan validiteetti. Osataanko tulkita ilmiö oikein ja osataanko varmistaa, ettei tulkita väärin. Ratkaisevassa roolissa on myös ilmiön ymmärtäminen oikein. (Anttila 2017.) Olen lajitellut TaiKon projektipäivien tuotokset kolmeen eri osa-alueeseen: muistojen herääminen, luovia toimintoja sekä hetkessä oleminen. Tämän lisäksi olen avannut vapaaehtoisten käymiä keskusteluja sekä heidän palautteitaan, jotka syntyivät teemahaastattelun aikana. Olen pyrkinyt näkemään tapahtunutta toimintaa myös omin silmin, jonka tähden kiersin havainnoitsijan roolissa TaiKon molempina toimintapäivinä. Koen, että olen saanut kuvattua ikäihmisten kokemukset sekä vapaaehtoisten tunnelmat juuri niin, kuin he ovat ne ajatelleet. Toivon, että niistä huokunut positiivinen tunne on siirtynyt myös tähän raporttiin.

Opinnäytetyön luotettavuuden kannalta tärkeä huomio on se, että olen itse suunnitellut TaiKon tehtävapisteen. Olen ollut tuottamassa TaiKon materiaalia ja lopulta myös tutkinut ja tulkinnut sitä. Olen luonut tehtävät ajatellen, että ne ovat toimivia. Toisin sanoen, olen luottanut omaan tuotokseeni. Haasteena tässä projektissa voidaan siis nähdä oma kaksoisroolini, joka on saattanut vaikuttaa siihen, että minulla on ollut ennako-oletuksia ja ennakkotoiveita



tämän projektin onnistumisen suhteen. Olen kuitenkin pitänyt tärkeänä, että tämän prosessin aikana olen aina kyennyt palaamaan takaisin aineistoon, ja niihin oikeisiin kokemuksiin.

Tämän opinnäytetyön yksi isoin luotettavuuteen vaikuttaja, on TaiKoon osallistunut melko pieni osallistujajoukko. Hopeahovin ikääntyneitä osallistui TaiKon toimintaan yhteensä vain 12 ja vapaaehtoisia 17. On kuitenkin muistettava, että opinnäytetyön toiminnallinen osuus oli tämän projektin päätarkoitus, eikä päämääränä ollut tuottaa laajaa tutkimusta. Toiminnallisen opinnäytetyön yksi tärkeistä validiteettikriteereistä on osata havaita ja kuvailla luotettavasti ja siihen olen tässä projektissa pyrkinyt (Anttila 2017.) TaiKon kautta koetut tunteet, muistot ja ihmisten kohtaaminen ja näistä hetkistä syntyneet mielihyvän ja onnellisuuden tunteet ovat mielestäni tämän työn yksi johtavin tekijä.

## 9 Ammattietiikka

Sosiaalialan ammattilaisen eettisissä ohjeissa (2013, 5) kirjoitetaan sosiaalialan työn tavoitteiksi hyvän tekeminen, ihmisten auttaminen, puutteen ja kärsimyksen vähentäminen sekä muutos ja kehitys. Eettisyys ajatellaan usein tunteiden kautta: oikealta tuntuva toiminta on hyvää toimintaa. Tunteet voivat kuitenkin johtaa harhaan, eikä niitä pidä pitää etiikan yksinomaisena pohjana. Eettisesti ja moraalisesti kestäväälle toiminnalle ainoa mahdollinen perusta on asiakkaan ihmisarvon ja yksilöllisyyden ehdoton kunnioittaminen. Ammattietiikka merkitsee ennen kaikkea halua ja kykyä nähdä ja kuulla arjen toiminnoissa erilaisia vaihtoehtoja sekä halua ja kykyä antaa asiakkaalle mahdollisuus omien näkemysten esille tuomiseen. Myös kehittämistoiminnassa tulee tarkastella, mihin eettisiin periaatteisiin työkäytännöt pohjautuvat ja perustuvatko ne ylipäänsä vastuulliseen näkemykseen hyvästä elämästä ja inhimillisestä kasvusta. (Arki, arvot, elämä, etiikka 2013.)

Sosiaalialan ammattilaisen yhtenä työn tavoitteena on voimavarojen lisääminen, ovathan he työssään tekemisissä arjen ja elämisen reunaehtojen kanssa. Työ kerryttää paljon tietoa ja ammattilaisen havaitsemien ongelmien sekä epäkohtien nostaminen esille on tärkeää, kun halutaan saada muutosta ihmisten elämään. Heillä on näkemys tilanteesta juuri täällä, tässä ja nyt. Tutkiva työote sekä tutkiva sosiaalityö ovat keinoja yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen (Arki, arvot, elämä, etiikka 2013.)

Opinnäytetyöprosessin aikana on tärkeää muistaa, että tarvittavat tutkimusluvut on hankittu ja työtä tehdessä noudatetaan eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Muiden tutkijoiden julkaisut ja heidän saavuttamansa työ tulee ottaa asianmukaisella tavalla huomioon, niin että heidän saavutuksilleen annetaan heille kuuluva arvo ja merkitys omassa tutkimuksessa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Tässä opinnäytetyössä olen koko prosessin ajan pyrkinyt tekemään eettisesti kestäväää toiminnallista opinnäytetyötä.

Olen pyrkinyt takaamaan opinnäytetyön eettisyyden olemalla rehellinen raportoinnissa ja keskustellen yhteistyötahon sekä opettajan kanssa avoimesti ja rehellisesti. Tutkimusluvan TaiKon -projektia varten sain Keravan kaupungilta.

Sarvimäki (2006, 9) nostaa esille tärkeän eettisen kysymyksen siitä, mikä on vanhuksen asema projektityötä tehtäessä. Ikäihmistä ei pidä mieltää vain selvityksen kohteena vaan nähdä palvelun käyttäjänä. Toisaalta taas tulee pohtia, onko välttämätöntä nähdä vanhus palvelujen käyttäjänä tai asiakkaana, vai voisiko hän olla ihminen? Kyse on siis yleisistä eettisistä periaatteista: mitä ja keitä selvitys hyödyttää, tuottaako se mahdollisesti haittaa, turvataanko osallistujien itsemääräämisoikeus, onko toiminta oikeudenmukaista ja perustuuko mukanaolo julkituotuun suostumukseen ja turvaako osallistuminen yksityisyyden ja luottamuksen. (Jyrkämä 2006, 15.) Asiakslain 17 § mukaan sosiaalialan ammattihenkilö noudattaa salassapitoa sekä suojaa asiakassuhteen luottamuksellisuutta (Arki, arvot, elämä, etiikka 2013).

TaiKo-projektissa Hopeahovin ikääntyneet saivat osallistua mieltä ja kehoa virkistävään taide-toimintaan. Palautteiden perusteella ikääntyneet ovat hyötäneet tästä toiminnasta eivätkö TaiKon toimintaan osallistuminen ole aiheuttanut haittaa. Koko prosessin ajan olen pitänyt tärkeänä sitä, että TaiKo -projektiin osallistuneiden henkilöiden anonyymiyys säilyy. Näin ollen kaikki projektipäivinä syntyneet kommentit sekä palautekeskustelun raportit on avattu tähän raporttiin niin, ettei asiakas tule tunnistetuksi nimen, asuinpaikan tai muun tunnistettavan tiedon perusteella.

Toiminnallista opinnäytetyötä tehdessä tulee ottaa huomioon läkkään ihmisen haavoittuvuus ja raihnaisuus. Toimintaan osallistuminen, vaikkakin vapaaehtoisella suostumuksella, ei saa muodostua ikäihmiselle ylimääräiseksi rasitteeksi, eikä tuottaa pahaa oloa ja kärsimystä (Sarvimäki 2006, 11). Olen pohtinut ikääntyneiden itsemääräisoikeuteen ja osallistumisen vapaaehtoisuuteen liittyviä seikkoja. TaiKon toimintaan osallistuminen oli Hopeahovin ikääntyneille vapaaehtoista. He ovat siis osallistuneet toimintaan omasta tahdostaan. Mitään kirjallisia suostumuksia en ole ikääntyneiltä hankkinut, vaan olen tulkinut heidän suostuvan projektiin saapumalla paikan päälle. Tämän lisäksi ketään ei painostettu TaiKon tehtävien tekoon tai vaadittu osallistumaan tiettyyn määrään tehtäväpisteitä.

## 10 Yhteenveto

Hopeahovin päivätoiminnan ikääntyneiden kokemuksista on luettavissa TaiKon toimintapäivien tuottaneen ilon ja onnen tunteita. Ikääntyneet ovat nauttineet uudesta kokemuksesta ja virkistävistä, arjesta irrottavasta elämyksestä. TaiKon toimintapäivien aikana saadusta aineistosta käy ilmi, että pienryhmissä on syntynyt luonnollista ja spontaania keskustelua, vaikka

ryhmänjäsenet eivät tunteneet aikaisemmin toisiaan. Vastauksista huokuu avoimuus ja luottamus kuuntelijaan, vapaaehtoiseen. Toimintapäivien aikana on vahvistettu osallistujien osallisuutta, mahdollistaen omien elämäntarinoiden kertomisen ja kuulluksi tulemisen. Tehtävapisteidensä luona on kerrottu sota-ajasta kuin nykyhetken elostakin. Haikeiden muistojen rinnalla on tehtävapisteidensä luona kerrottu ja kuultu hauskoja tarinoita. Projektin myötä on myös löydetty uusia ystäviä ikääntyneen ja vapaaehtoisen välillä.

Ikääntyneet syventyivät ja osallistuivat rohkeasti TaiKon tehtäviin. Lisäksi he uskalsivat kokeilla myös haastavampia harjoitteita. Toisaalta joidenkin ikääntyneiden kohdalla tuloksista tulee ilmi myös nopea väsyminen ja turhautuminen, sillä osalla ei riittänyt ymmärrys tämänkaltaiseen toimintaan tai toimintaan suhtauduttiin epäluuloisesti. Luotto omaan itseen ja osaamiseen tuotti joissain toimintapisteissä haasteita. Yhteenvedona voin todeta, että Hopeahovin päivätoiminnan ikääntyneiden antama palaute oli kiitollista ja positiivista. Kiitettiin arkipäivään tullutta vaihtelua ja toivottiin lisää samankaltaista toimintaa.

Opinnäytetyön tulosten perusteella näyttää siltä, että käytettäessä luovia menetelmiä sekä muistelutyötä ikääntyneiden taidemuseovierailujen aikana, saavat ne aikaan hyvinvointia ja auttavat tukemaan jaksamista sekä ikääntyneen kuulluksi tulemistä. Taiteentarkastelumenetelmänä TaiKo koettiin tulosten perusteella pääosin miellyttäväksi ja yksinkertaiseksi. Sen avulla oli luonteva keskustella teoksista mahdollistaen samalla ikääntyneen kuulluksi tuleminen. Joitain tehtävapistejä muutama vapaaehtoisista piti haastavana ja toisaalta yhtä liian lapsellisena. Erityisesti moniaistiset tehtävapistejä jakoivat mielipiteitä puolesta ja vastaan. Tuloksista on luettavissa, että TaiKon tehtävät auttoi tutustumaan teoksiin uudella tavalla ja ne tarjosivat helpon keinon kohdata ikääntynyt, muistisairas ihminen.

Taiteen Kokijat -projektin tuloksista saadaan näkyväksi, että TaiKo -projekti on onnistunut tavoitteessaan ja saavuttanut ne asiat, joita lähdettiin tavoittelemaan. TaiKo on kohdannut kaksi eri taiteenkokijaryhmää, tarjoten ikääntyneille tilaisuuden tulla taiteen luokse kokemaan taidetta ja luovaa toimintaa taidemuseoon. TaiKossa on toimittu yhteistyössä usean eri tahon kanssa ja tuotu näkyväksi se tosiasia, että tämänkaltaisella toiminnalla on hyviä vaikutuksia ikäihmisen toimintakykyyn ja henkiseen jaksamiseen. Tulosten perusteella TaiKo näyttää toimintana, jota tämän päivän sekä tulevaisuuden ikäihmiset tulevat kaipaamaan ja tarvitsemaan.

## 11 Pohdinta

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli luoda työkalupakki, jolla mahdollistettaisiin ikäihmisille uusi, erilainen taidemuseokokemus. Kokemus, jossa ikääntynyt pääsisi itse olemaan osa tai-

detta muistelun ja kehon kautta. Saadakseni selville, mitä luova taidetoiminta antaa muistisairaille, järjestin Hopeahovin ikääntyneille kaksi TaiKon toimintapäivää. Vapaaehtoisina avustajina toimivat Talkooringin ja Villit Virkkaajat. Projektipäivien pohjalta toteutin vapaaehtoisille teemahaastattelun. Haastattelun vastauksista sekä oman kokemukseni pohjalta voin todeta, että luova taidetoiminta ja siihen liittyvä muistelutyö tuottavat ikäihmisille iloa, saaden heidät innostumaan sekä palaamaan muistoissaan menneisiin tapahtumiin.

”Jokaisella ihmisellä on oma ainutkertainen tarina kerrottavanaan”, sanoo Uusitalo (2007, 87) kirjassa *Vanhuuden monet kasvot*. Ihmisen elämä ei kuitenkaan muodostu vain yhdestä tarinasta, sillä eläminen tuottaa monta tarinaa. Ihminen tallentaa elämäntapahtumia sekä niiden kulkua pitkäkestoiseen muistiin ja tietyt kokemukset jättävät muistiin muistijälkiä, joita rekonstruoimalla palauttaa ne mieleen. Muistitutkimuksien pohjalta tiedetään, että ikääntyessä asioiden mieleen palauttaminen heikkenee, ellei erityisesti pitkäkestoista muistia harjoitella ja menneitä tapahtumia prosessoida. (Uusitalo, 2007, 88.)

Tämän opinnäytetyön ja TaiKon -projektin aikana, olen saanut kuulla useita ihastuttavia muistoja ja tarinoita menneestä elämästä. Opinnäytetyöni tarkoituksena oli tuottaa työvälineitä, jolla ikäihminen sai kokea taidemuseovierailun uudella tavalla, tukien ja tuottaen hyvinvointia. Tämän projektin loppuvaiheessa voin todeta, että olen onnistunut tuottamaan työvälineistön, jota ikäihmiset ja erityisesti muistisairaavat voivat hyödyntää asioidessaan taidemuseossa. Jokainen työväline, joita TaiKon -projektin aikana oli esillä eri tehtäväpisteillä, on hyödynnettävissä myös muiden taidemuseon näyttelyiden aikana. Suurin osa sellaisenaan, muutama pienellä muutoksella.

Toivon, että tulevaisuudessa Hopeahovin ikääntyneet jatkavat vierailuja taidemuseo Sinkassa ja saavat mahdollisuuden hyödyntää tekemiäni tehtäväkortteja. Olen suunnitellut tehtäväpisteet niin, ettei erillistä luovien aineiden osaa tarvita ja työkaluja on helppo käyttää hoito-henkilökunnan tai oman lähiomaisen kautta. Voin todeta onnistuneeni projektissa, sillä loin työkalupakin, jonka sisältöä on jo käytetty kahden eri asiakaskunnan kanssa. Ikääntyneiden lisäksi TaiKoa on käytetty hyödyksi lasten taidemuseovierailujen aikana. Lasten kommentit tehtävistä ovat olleet positiivisia ja innostuneita. Myös varhaiskasvatuksen parissa ollaan erityisen kiinnostuneita tällaisesta taiteen kokemisen menetelmästä. Voin siis todeta, että TaiKon työkalut ovat monikäyttöisiä, toimivia ja tuovat esiin ihmisen luovuuden ja rohkeuden.

Lisäksi yksi opinnäytetyöni tavoitteista oli tarkastella mitä taide ja kulttuuri voivat ikääntyneelle tarjota. Tämän projektin myötä sekä ikääntyneiden kertomuksien pohjalta, on minulla vahvistunut tieto ja kokemus siitä, että taide ja luova toiminta tarjoavat ikääntyneelle mielekästä vaihtelua arkeen sekä ilon ja onnistumisen kokemuksia. Toivon, että nykypäivänä mahdollisimman moni ikääntyneiden kanssa työskentelevä heräisi näkemään taiteen ja kulttuurin

parantavan vaikutuksen. Tulevista ikäihmisistä yhä useammalla on ollut taide- tai kulttuuriharrastus, joillakin jo lapsuudesta lähtien, jolloin heidät on helpompi motivoida mukaan kulttuuritoimintaan myös ikäihmisinä. Ihmisen oikeus taiteisiin kuuluu inhimillisiin perusarvoihin ja ihmisoikeuksiin kaiken ikäisenä. (Liikanen 2011, 42.) Ikääntyessä elämän piiri pienenee minimalistisiin mittoihin ja arki on hyvin samanlaista päivästä toiseen. Haluan tämän projektin kautta auttaa lukijaa näkemään taidelähtöisen toiminnan vaikutukset ikääntyneen hyvinvointiin. Uskon, että meistä ihmisistä jokainen haluaa, että oma loppuelämä olisi mielekäs, onnellinen sekä arvokas. Uskon vahvasti, että tällainen arjesta poikkeava, sosiaalinen toiminta edesauttaa elämään onnellisen vanhuuden. Taiteen näkökulma avaa sekä mielen, että sydämen mahdollisuuksia ja innostuminen lisää osallistumista sekä parantaa arkipäivän laatua. (Semi 2007, 145, 153.)

*Minä haluan säilyttää ihmettelemisen kykyni. Niin kauan kuin osaan vielä ihmetellä en lakkaa kasvamasta. Minä avaudun uusille asioille ja näen syvemmin elämän kudoksen ja paikkani siinä.*

*Minä haluan antaa asioiden ja olentojen, tilanteiden ja tapahtumien koskettaa ja ihmetyttää minua. En halua tottua, en tylsistyä. Minä haluan harjaantua näkemään ihmeen myös itsessään selvyyksissä.*

*Ulrich Schaffer*

*Ihmettelen ... elämän salaisuuksien löytymistä.*

*suomentanut Heli Karjalainen*

## Lähteet

### Painetut lähteet

Andreev, T., Salomaa, V. 2005. Taiteen kokemista ja kuvitusta - luovat toiminnalliset menetelmät vanhustyössä. Teoksessa Noppari, E., Koistinen, P. (toim.). 2005. Laatua vanhustyöhön. Tampere: Tammi.

Airila, A. 2002. Vanhusten viriketoiminnan perusteet - opas vanhustyöntekijöille. Toim. E. Karvinen & U. Oikarinen. Helsinki: Kuntokallio.

Bardy, M. 1998. Lapsuuden peilitalo ja taiteen tiet. Teoksessa Bardy, M. (toim.) Taide tiedon lähteenä. Vaasa: Stakes.

Blomqvist-Suomivuori, L. 2001. Taide-elämysten merkitys hoitotyössä. Teoksessa: Ukkola, I. TJS. Parantava taide. Toimihenkilöjärjestöjen sivistysliitto.

Eskola, K. 1998. Taiteen merkityksellistämä elämä. Teoksessa Bardy, M. (toim.) Taide tiedon lähteenä. Vaasa: Stakes.

Heimonen, S., Pajunen, H. 2012. Mielenterveys vanhuudessa. Helsinki: Edita Prima.

Hohenthal-Antin, L. 2001. Luvan ottaminen - ikäihmiset teatterin tekijöinä. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House

Hohenthal-Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta. Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Juva: PS-kustannus.

Hyypä, M, T., Liikanen, H-L. 2005. Kulttuuri ja terveys. Helsinki: Edita Prima.

Ijäs, K. 2014. Valoa vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.

Itkonen, S. 2011. Taidekuvan äärellä. Katso, koe, jaa. Keuruu: Otavan Kirjapaino.

Järvinen, P., Järvinen A. 2011. Tutkimustyön metodeista. Tampere: Opinpajan Kirja

Kivelä, S-L. 2012. Hyviä vuosia. Arvokas ja turvallinen ikääntyminen. Helsinki: Kotimaa / Kirjapaja

Koivunen, H. 1998. Hiljainen tieto luovuuden lähteenä. Teoksessa Bardy, M. (toim.) Taide tiedon lähteenä. Vaasa: Stakes.

Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.

Liikanen, H-L. 2011. Ikääntyminen ja kulttuuri. Kohti seniorikulttuuria. Helsinki: Ikäinstituutti.

Näslindh-Ylispangar, A. 2012. Vanhuksen terveyden, hyvinvoinnin ja hyvän elämän edistäminen. Helsinki: Edita Publishing.

Petäjäniemi, T. 2011. Go go slow go no go. Raportti ikäihmisistä ja vanhuspalveluista. Helsinki: Suomen Toivo -ajatuspaja.

Pusa, T. 2012. Harmaa taide. Taiteen ja vanhuuden merkityssuhteita. Helsinki: Aalto -yliopisto.

Saarenheimo, M. 2012. Yleistä ikääntymisestä. Teoksessa Hohenthal - Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta. Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Juva: PS-kustannus.

Sava, I. 1998. Taiteen ja tieteen kietoutuminen tutkimuksessa. Teoksessa Bardy, M. (toim.) Taide tiedon lähteenä. Vaasa: Stakes.

Semi, T. 2004. Ihmetekoja kaapista löytyvillä aineksilla. Ilmaisullinen kuntoutusmenetelmä dementiatyössä. Espoo: Opri ja Aleksi Oy.

Semi, T. 2007. Polkuja ilmaisulliseen vapauteen - Sosiokulttuurinen innostaminen vanhustyön yhteisössä. Teoksessa Tulva, T., Uusitalo, I., Harra, K. Vanhuuden monet kasvot. Helsinki: OKKA.

Vilkkä, H., Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

#### Sähköiset lähteet

Anttila, P. 2014. Metodix - Metoditietämystä kaikille. Viitattu 9.4.2017.  
<https://metodix.fi/2014/05/17/anttila-pirkko-tutkimisen-taito-ja-tiedon-hankinta/>

Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalityön ammattilaisen eettiset ohjeet. 2013. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Helsinki. Viitattu 30.9.2016.  
[http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas\\_2013\\_net.pdf](http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf)

Artsi. Opas ja malleja arviointiin ja palautteen kehittämiseen. Kuntoutussäätiö. 2106. Viitattu 1.11.2016  
<http://hankkeet.kuntoutussaatio.fi/artsi/mallit/>

Elä! - Elämän punaista lankaa etsimässä. Toiminnalliset menetelmät. 2017. Viitattu 6.4.2017  
<http://www.ela.fi/akatemia/toiminnalliset.php>

Espoo Museum of Modern Art. Emman projektit 2016. Viitattu 11.8.2016.  
<http://www.emma.museum/projektit>

Hämeen ammattikorkeakoulu. Moniaistinen maailmamme - Suomen ensimmäinen multisensorisuuden maailmankonferenssi Hamkissa lokakuussa. 2014. Viitattu 23.4.2017.  
<http://www.hamk.fi/tietoa-hamkista/uutiskirje/Sivut/moniaistinen-maailmamme.aspx>

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 30.9.2016  
[http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Jokelainen, M., Pulliainen, V. 2004. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 299-304 Hajuaistin muutokset ja Alzheimerin varhaisena oireena. Viitattu 26.3.2017  
<http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo94072.pdf>

Jyrkämä, J. 2006. Vanhukset toimijoina - vanhusten läsnäolo ja osallisuus tutkimuksessa. Teoksessa Topo, P. (toim.) Eettisen kysymykset vanhustenhuollon tutkimuksessa. Helsinki: Sosiaalialan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Viitattu 30.9.2016.  
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77099/T21-2006-VERKKO.pdf?sequence=1>

Jyväskylän Taidemuseo. 2016. Viitattu 11.8.2016.  
<http://www.jyvaskyla.fi/taidemuseo/museokasvatus/kulttuuriluotsit>

Kajaanin ammattikorkeakoulu. 2016. Viitattu 15.9.2016.  
<https://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Toimintatutkimus>

Kajaanin ammattikorkeakoulu. 2016. Viitattu 1.11.2016

<http://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Laadullisen-analyysi-ja-tulkinta>

Keravan taide- ja museokeskus Sinkka -kotisivut. 2016. Viitattu 11.8.2016.

<http://www.sinkka.fi/keravan-taidemuseo/>

Kulttuuria kaikille 2009. Ateneumin julkaisu. Viitattu 11.8.2016

[http://www.kulttuuriakaikille.fi/doc/tietopaketti\\_ja\\_opaat/muistisairaat\\_ja\\_mu-seot\\_opas.pdf](http://www.kulttuuriakaikille.fi/doc/tietopaketti_ja_opaat/muistisairaat_ja_mu-seot_opas.pdf)

Kuula, A. 2006. Toimintatutkimus. Luku 5.4. kokonaisuudesta Saaranen-Kauppinen, A., Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 15.9.2016

<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus>

Laurea-ammattikorkeakoulu. 2009. Kohtaamisia moniaistisessa tilassa. Viitattu 20.4.2017.

<http://moniaistinentila.laurea.fi/taustatjakasitteet.html>

Papunet.net. 2017. Haju- ja makuaisti vuorovaikutuksessa. Viitattu 26.3.2017

<http://papunet.net/tietoa/haju-ja-makuaisti-vuorovaikutuksessa>

Papunet.net.2017. Multisensorinen toiminta. Viitattu 20.4.2017

<http://papunet.net/tietoa/multisensorinen-toiminta>

Papunet.net. 2017. Näköaisti vuorovaikutuksessa. Viitattu 26.3.2017

<http://papunet.net/tietoa/nakoaisti-vuorovaikutuksessa>

Papunet.net. 2017. Tuntoaisti vuorovaikutuksessa. Viitattu 26.3.2017

<http://papunet.net/tietoa/tuntoaisti-vuorovaikutuksessa>

Peda.net. Aistejamme. Naantalin kaupunki. Viitattu 26.3.2017

[https://peda.net/naantali/velkuan-koulu/oppiaineet2/biologia/ihminen/muut\\_aistit/tuntoaisti](https://peda.net/naantali/velkuan-koulu/oppiaineet2/biologia/ihminen/muut_aistit/tuntoaisti)

Saaranen-Kauppinen, A., Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 30.9.2016

[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_1.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_1.html)

Saaranen-Kauppinen, A., Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskunnallinen tietoarkisto. Viitattu 1.11.2016

[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_3.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html)

Sarvimäki, A. 2006. Vanhustenhuollon tutkimus ja tutkimusetiikka. Teoksessa Topo, P. (toim.) Eettisen kysymykset vanhustenhuollon tutkimuksessa. Helsinki: Sosiaalialan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Viitattu 30.9.2016.

<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77099/T21-2006-VERKKO.pdf?sequence=1>

Keravan taide- ja museokeskus Sinkka. 2017. Viitattu 17.4.2017

<http://www.sinkka.fi/keravan-taidemuseo/>

Suomen Muistiasiantuntijat. Muistisairaana ihmisen ympäristö kotina. Viitattu 26.3.2017

<http://www.muistiasiantuntijat.fi/tuemme.php?udpview=1778059738&lang=fi>

Laaksonen, R., Rantala, L., Eloniemi-Sulkava, U. 2004. Ymmärrä - tule ymmärretyksi. Vuorovaikutus dementoituneen kanssa. Suomen dementiahoitoyhdistys ry. Viitattu 26.3.2017

[http://www.muistiasiantuntijat.fi/media-files/DEMvvopas04\\_31%208.pdf](http://www.muistiasiantuntijat.fi/media-files/DEMvvopas04_31%208.pdf)



Taatila, V. (toim.) 2009. Toimintatutkimuksia. Esimerkkejä ylemmän turvallisuusosaamisen koulutusohjelman opiskelijoiden tekemistä toimintatutkimusjakson opintotehtävistä. Laurea ammattikorkeakoulu. Viitattu 23.9.2016  
<https://www.laurea.fi/dokumentit/Documents/D06.pdf>

Taideapteekki. 2016. Jyväskylän kaupungin kulttuuripalvelut. Viitattu 17.8.2016  
<http://www.jyvaskyla.fi/kulttuuri/palvelut/taideapteekki>

Taidepakka. 2013. Ateneum. Viitattu 25.8.2016  
[http://www.ateneum.fi/wp-content/uploads/2015/10/Ateneum\\_vihko\\_suom\\_netti.pdf](http://www.ateneum.fi/wp-content/uploads/2015/10/Ateneum_vihko_suom_netti.pdf)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Terveyttä kulttuurista verkosto. Viitattu 12.4.2017  
<https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/taiteesta-ja-kulttuurista-hyvinvointia/terveytta-kulttuurista-verkosto>

Vapaaehtoisen hyvinvointityön keskus. 2016. Viitattu 14.10.2016.  
<http://www.talkoorengas.fi/toiminta.php>

Vilkka, Hanna. 2006. Tutki ja havainnoi. Viitattu 23.4.2017  
<http://hanna.vilkka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-havainnoi.pdf>

Virtuaali ammattikorkeakoulu. 2016. Viitattu 23.9.2016  
<http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojak-sot/030906/1144934265902/1144934504688/1144934784315/1146058479508.html>

Virtuaali ammattikorkeakoulu. 2017. Viitattu 17.4.2017.  
<http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojak-sot/030906/1113558655385/1154602577913/1154670359399/1154756862024.html>

Yleisradion Opettajalle-sivusto. 2016. Viitattu 23.3.2016  
<http://yle.fi/aihe/artikkeli/2007/01/18/hajuaisti>

#### Julkaisemattomat lähteet

Keravan taidemuseo Sinkka, raportti pilottihankkeesta 2015. Julkaisematon lähde

Keravan vanhuspoliittinen ohjelma vuoteen 2020. 2016. Museotoimi. Julkaisematon lähde

## Kuvaotsikot

Kuva 1 Opinnäytetyön keskeiset käsitteet (kaavio: Virtanen, M. 2017).....	13
Kuva 2 Projektin suunnitelma (Kaavio: Virtanen, M. 2017) .....	26